GENTE
LE RICETTE STELLATE
GIANCARLO PERBELLINI
ANDREA BERTON
ISABELLA POTÌ
VALERIA PICCINI
MORENO CEDRONI
PINO CUTTAIA
ENRICO BARTOLINI
GIANFRANCO PASCUCCI
GIUSEPPE D'ERRICO
IL MEGLIO DELLA CUCINA ITALIANA
I GRANDI CHEF CON I LORO MENU DA SOGNO
IN UN IMPERDIBILE NUMERO DA COLLEZIONE

Quanti capolavori pensati per voi

Dei menu così blasonati come quelli che Gente vi offre in questo numero da collezione non li avete mai trovati. Nove chef, per un totale di 22 stelle Michelin, hanno cucinato per voi proponendo negli ultimi mesi nove esperienze da replicare anche ai fornelli di casa, con ingredienti alla portata di tutti e – dulcis in fundo – una scelta di buone bottiglie di vino da abbinare a ciascun piatto. Una sfida per questi campioni dell'alta cucina che hanno accettato di buon grado di vedersi imporre dei paletti e dimostrare come nell'arco di una mattinata (tanto è durato ogni servizio fotografico) si potesse preparare da zero l'intero menu: solo loro, pochi attrezzi, gli ingredienti e nessun aiuto dal resto della brigata, che intanto si preparava per l'arrivo degli ospiti dei ristoranti. Ora tutte le ricette pubblicate nei mesi passati, con i passaggi principali e i consigli degli stessi chef, sono state raccolte in queste pagine. Un volume prezioso da conservare nella vostra cucina per assaggiare di nuovo un menu o anche soltanto un piatto che vi era particolarmente piaciuto. Con Le Ricette Stellate a disposizione potete scegliere quello che più vi intriga di ciascuno chef in ogni momento, per regalarvi un pranzo particolare o una cena con cui stupire gli amici. E se avevate rinunciato a una ricetta perché magari vi mancava un coppapasta o una sacca da pasticciere, nelle ultime pagine trovate qualche suggerimento su come sostituirli e altri consigli preziosi offerti dai nostri chef. A questo punto non vi resta che indossare un grembiule e accendere i fornelli. Buon appetito!

a cura di **Francesco Gironi**

CERTIFICAZIONE VEGETAL OK

LIMITED EDITION

Colleziona le tre bottiglie in edizione limitata.
Trova il punto vendita più vicino
a te su www.mdspa.it

#MiDiverto

MAIN SPONSOR

JOVA 2022 BEACH PARTY 2

Segui @md_spa_ su Instagram e vivi con noi il tour più cool dell'estate

LE RICETTE STELLATE
sommario

10

19

23

31

GIANCARLO PERBELLINI

ANDREA BERTON

ISABELLA POTÌ

VALERIA PICCINI

SEGUE ▶

UNA CARRELLATA DA ACQUOLINA IN BOCCA
In questo volume da collezione trovate i menu che nove dei migliori chef italiani hanno cucinato per i lettori di Gente. Un piccolo e gustoso assaggio lo trovate già in questa e nella pagina successiva.

34

41

46

55

60

MORENO CEDRONI

PINO CUTTAIA

ENRICO BARTOLINI

GIANFRANCO PASCUCCI

GIUSEPPE D'ERRICO

GIANCARLO PERBELLINI

Il mio omaggio alla tradizione

Ha una "Casa", due stelle Michelin nel cuore di Verona, e dieci altri locali in tutta Italia: è Giancarlo Perbellini, classe 1964, cresciuto tra i sacchi di farina e gli aromi del laboratorio di pasticceria di nonno Ernesto. Il menu che ha ideato per i lettori di *Gente* è un omaggio alla tradizione italiana, rivista però con gli occhi dell'alta cucina. Piatti semplici, con pochi ingredienti che vanno però selezionati con cura per assicurarsi il successo. Un esempio? La pasta alle vongole, un grande classico. Lo chef in questa occasione la presenta in una versione inedita: un'insalata tiepida il cui sapore esploderà in bocca grazie a una crema delicata ottenuta con l'acqua di cottura dei molluschi. Questi, inoltre, verranno battuti a coltello e trasformati in una quenelle che assicurerà un impiattamento da ristorante stellato. E anche il gran finale non è un budino come tutti gli altri: «Ho accoppiato il cioccolato all'arancia, da sempre un'unione perfetta, e dato alla parte croccante l'aroma del pistacchio», rivela lo chef Perbellini. Qualche altro "trucco del mestiere"? «Per l'antipasto, cuocete l'uovo in un coppapasta e su un foglio di carta forno per ridurre al minimo i grassi; per avere un albume cotto alla perfezione passatelo pochi minuti nel forno; la salsa degli spaghetti, invece, sarà assai più cremosa se frullerete anche un pezzo di patata bollita. La trota, infine, vi consiglio di cuocerla sul lato della pelle, sempre su un foglio di carta forno, senza girarla, lasciando che il calore salga lentamente: resterà più morbida».

Foto Giorgio Marchiori

IL MENU

Toast integrale con uovo e scarola

Insalata tiepida di spaghetti alle vongole

Trota dorata con frutta secca

Budino all'arancia e gianduia

CASA PERBELLINI

PIAZZA SAN ZENO, 16
VERONA
TEL. 045 878 0860
WWW.CASAPERBELLINI.COM

I VINI DA ABBINARE

Vigneto di Popoli, 30 €
Barbacarlo, 56 €
Vorberg, 28 €

COTTURA LENTA
Dopo aver pulito la scarola, fatela brasare a fuoco lento con dell'olio e uno spicchio d'aglio che poi toglierete.

COSÌ LA FORMA È PERFETTA
Per la cottura delle uova meglio usare dei coppapasta su carta forno: forma perfetta e pochi grassi.

IL TOCCO DELL'ACCIUGA
Un generoso filetto di acciuga su ogni uovo completa il piatto. Rompendo poi il tuorlo i sapori si amalgameranno.

ANTIPASTO

TOAST INTEGRALE CON UOVO E SCAROLA

INGREDIENTI PER 4 PERSONE 8 uova fresche * 300 g di scarola lavata e tagliata a julienne * 8 fette di pane integrale in cassetta * 60 g di olive * 8 filetti di acciughe del Cantabrico * 80 g di olio di vinaccioli * 30 g di latte di soia * olio extravergine di oliva * sale, pepe * aglio

Fate brasare la scarola in una casseruola con olio e uno spicchio d'aglio leggermente schiacciato, quindi togliete l'aglio e lasciate cuocere una decina di minuti sistemando di sapore se necessario. Lasciate raffreddare e quindi emulsionate la verdura in un mixer con il latte di soia e l'olio di vinaccioli fino a ottenere la consistenza di una maionese cremosa. Eliminate la crosta dal pane integrale, tagliatelo in otto fette quadrate delle stesse dimensioni e quindi fatelo dorare in una padella con un filo di olio extravergine di oliva o, se preferite, con olio aromatizzato all'aglio. Preparate le uova all'occhio di bue. Rompete ogni uovo in una coppetta e quindi lasciatelo cadere con delicatezza all'interno di un coppapasta che avrete posato su una padella con della carta forno leggermente unta sul fondo. Con l'aiuto di un coltellino separate l'uovo dal coppapasta e con una spatola adagiatelo sulle fette di pane. Completate il piatto guarnendolo con la maionese di scarola, qualche oliva taggiasca e i filetti di acciuga disposti sulle uova.

PRIMO

INSALATA TIEPIDA DI SPAGHETTI ALLE VONGOLE

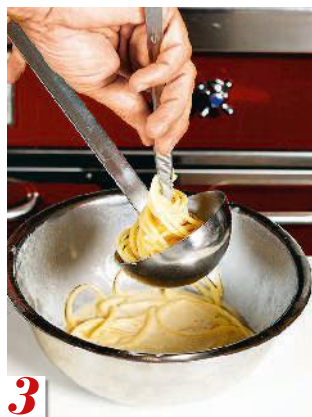
INGREDIENTI PER 4 PERSONE 300 g di spaghetti * 500 g di vongole veraci extra * 100 cl di vino bianco * 60 g di olio extravergine di oliva * 30 g di patata bollita * 2 spicchi d'aglio * un peperoncino * il succo di un limone * qualche foglia di prezzemolo * sale e pepe

In una padella dai bordi alti fate saltare le vongole spurgate con l'olio extravergine, quindi aggiungete il prezzemolo e bagnate con il vino bianco. Coprite con un coperchio e fate aprire le vongole: togliete dal fuoco appena saranno aperte perché non risultino dure. Una volta scolate, toglietele dalla conchiglia, tritatele con un coltello e conditele con olio extravergine, qualche goccia di limone e pepe. In una casseruola fate ridurre l'acqua delle vongole filtrata con un colino a maglia molto fine e riponetela in un contenitore. Fate soffriggere l'aglio schiacciato con il peperoncino nei 60 grammi di olio extravergine d'oliva e, con l'aiuto di un frullatore a immersione, emulsionate l'olio con la patata e l'acqua delle vongole. Cuocete gli spaghetti in abbondante acqua salata e scolateli leggermente al dente, quindi mantecateli in una boule a freddo con l'emulsione di vongole e il succo di limone. Con l'aiuto di un forchettone e di un mestolo formate un nido, posatelo delicatamente sul piatto e completate con una quenelle (*una polpettina ovale*, ndr) di battuto di vongole.

1

L'OLIO PROFUMATO
Fate soffriggere a fiamma bassa l'aglio e il peperoncino finché non avranno rilasciato tutti i loro profumi.

2

CREMA VELLUTATA
Emulsionando l'olio aromatizzato con l'acqua delle vongole e la patata otterrete una cremina vellutata chiara.

3

SERVE UN PO' DI PAZIENZA
Aiutandovi con forchettone e mestolo arrotolate la porzione di pasta. Fatelo con calma: la pasta va servita tiepida.

I VINI DA ABBINARE

Lieben Aich, 44 €
Pichler, 50 €
Calvarino, 17 €

SECONDO

TROTA DORATA CON FRUTTA SECCA

INGREDIENTI PER 4 PERSONE 4 filetti di trota da 200 g cad * 3 carote * ½ scalogno * 10 g di burro * 200 g di brodo vegetale * 20 g di noci * 20 g di nocciole * 20 g di pinoli * 20 g di pistacchi * un pomodoro * un lime * tabasco * farina di semola * olio extravergine di oliva * sale, pepe

Pelate le carote e fatele brasare in un fondo di scalogno ben tostato e olio extravergine di oliva; aggiungete il brodo vegetale e fate cuocere lentamente finché le carote non saranno fondenti, quindi lasciatele raffreddare e tritatele grossolanamente. Sbianchite il pomodoro in acqua bollente, immergetelo in acqua gelata e pulitelo della buccia e dei semi tagliandolo poi a cubetti. Tostate in forno la frutta secca e, una volta fredda, tritatela mescolandola in una terrina con le carote e la dadolata di pomodoro; condite con qualche goccia di tabasco, olio, sale, pepe, buccia e succo di lime. Spinate i filetti di trota (potete chiederlo al vostro pescivendolo di fiducia), pareggiate i bordi, salateli, passate la pelle nella farina di semola e cuocete in una padella su carta antiaderente con dell'olio. La pelle deve risultare croccante mentre la carne deve restare morbida. Servite la trota sulla macedonia di carote, frutta secca e pomodoro e guarnitela con qualche fogliolina di basilico, fiori eduli e olio extravergine di oliva.

I VINI DA ABBINARE

Chassagne-Montrachet Abbaye de Morgeot, 87 €
Solosole, 40 €
Saint-Aubin 1er Cru En Remilly, 75 €

1 TOSTARE E TRITARE
Cominciamo con il tostare in forno la frutta secca per poi tritarla con un coltello: sarà la parte croccante delle verdure.

2 A TUTTA FRESCHEZZA
Prepariamo il condimento: qualche goccia di lime renderà più fresche le vostre verdure. Fate attenzione ai semi.

3 NON FATELA ARRICCIARE
Subito dopo aver posato il filetto di trota nella padella, tenetelo schiacciato con una spatola: così non si arriccerà e manterrà la sua forma.

1

QUESTA È LA BASE
Versate il latte caldo sui tuorli d'uovo sbattuti leggermente con lo zucchero: sarà la base del vostro budino.

2

I DUE CIOCCOLATI
Dividete la base in due: in una ci sarà il cioccolato bianco, nell'altra il gianduia. Il calore del latte fonderà i cioccolati.

3

IL PUZZLE GOLOSO
In una fondina mettete la crema al gianduia e con un cucchiaio fate cadere sopra quella al cioccolato bianco.

I VINI DA ABBINARE

Cristina, 26 €
I Capitelli, 22 €
Teos, 63 €

BUDINO ALL'ARANCIA E GIANDUIA

INGREDIENTI PER 4 PERSONE Per il budino: 250 g di latte * 55 g di zucchero * 6 g di colla di pesce * 6 tuorli d'uovo * 50 g di cioccolato gianduia * 10 g di cioccolato bianco * buccia di ½ arancia e ½ limone * una bacca di vaniglia **Per il croccante:** 110 g di burro * 85 g di zucchero di canna * 110 g di farina * 110 g di farina di pistacchio * 110 g di pistacchi tritati * sale

Mescolate in una ciotola il tuorlo e lo zucchero, versate il latte precedentemente bollito con la bacca di vaniglia, portate il composto a 84 gradi, togliete la vaniglia e aggiungete la gelatina precedentemente ammollata. Dividete il composto in due ciotole: in una mettete il cioccolato gianduia (se volete potete farlo in casa, con 10 grammi di cioccolato fondente all'85 per cento e 30 grammi di pasta di nocciole) e nell'altra il cioccolato bianco con la buccia di mezza arancia e di mezzo limone. Versate entrambi i composti in quattro formine giocando con i due colori a formare un mosaico. Mettete in frigorifero finché non si saranno rappresi. Intanto preparate il croccante impastando tutti gli ingredienti con l'aiuto di un robot cucina. Formate delle palline e mettetele su una placca con della carta antiaderente. Infornate a 180° per 15 minuti. Una vota raffreddato il croccante, spezzettatelo sul vostro budino e servite.

DOLCE

ANDREA BERTON

Così classico che vi stupirà

A leggere la biografia di Andrea Berton è difficile pensare di poter replicare nella cucina di casa uno dei suoi piatti. Uscito dalla scuola alberghiera, entra subito nella brigata del grande chef Gualtiero Marchesi, per proseguire poi la sua esperienza nelle cucine dei migliori cuochi d'Europa. Oggi, oltre che nell'omonimo ristorante una stella Michelin di Milano, lo troviamo anche sul lago di Como (Berton al Lago, pure questo premiato con la stella) e alle Maldive (il "sottomarino" H2O). Abituato alle sfide, Berton ha raccolto anche quella di *Gente* realizzando un menu facile da eseguire ma di grande effetto e soprattutto capace di stupire chi sederà al tavolo con voi. I suoi piatti sono fatti di pochi ingredienti accoppiati con precisione certosina in un gioco di sapori e consistenze anche inaspettate. Come per il merluzzo, dalla carne bianca, morbida e delicata, associato al prosciutto crudo di San Daniele reso croccante da un passaggio al forno. E che dire dell'intramontabile pasta aglio, olio e peperoncino? «Ho voluto reinterpretarla con una crema di prezzemolo che conferisce un tocco di eleganza al piatto», spiega, svelando anche un altro trucco: sbollentare l'aglio per renderlo meno invadente. Altro grande classico è il carciofo condito con il grana padano, che invece propone come antipasto. «Scegliete un grana invecchiato trenta mesi, così da avere il giusto sapore», consiglia Berton. Quanto al dolce, ecco un divertente gioco di consistenze in un sandwich di pane al latte croccante e crema al cioccolato.

Foto Marco Scarpa

IL MENU

Carciofi con crema di grana padano

Spaghetti aglio, olio e peperoncino

Merluzzo al prosciutto crudo

Sandwich di pane al latte e cioccolato

RISTORANTE BERTON

VIA MIKE BONGIORNO, 13
MILANO
TEL. 02 67075801
WWW.RISTORANTEBERTON.COM

1

BAGNO GHIACCIATO
Puliti i carciofi (usate dei guanti per non ritrovarvi le mani nere), quindi gettateli in acqua e ghiaccio per non farli ossidare.

2

COMPONETE IL PIATTO
Dopo aver steso la crema di grana padano alla base, componete il vostro piatto sistemando con attenzione i carciofi.

3

E PER FINIRE LE SCAGLIE
È il momento del tocco finale: alcune sottilissime scaglie di Grana Padano da tagliare con un pelapatate o un affettatartufi.

I VINI DA ABBINARE

Mon Carul, Riesling Campo Dottore, 19 €
Fattoria San Lorenzo, Campo delle oche, 21 €
Davide Fregonese, Etna Rosso Riserva, 40 €

ANTIPASTO

CARCIOFI CON CREMA DI GRANA PADANO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE 8 carciofi * un grammo di sale fino * 80 g di olio extravergine di oliva * uno spicchio di aglio * 10 grani di pepe al mortaio * 125 g di latte * 125 g di panna * 100 g di Grana Padano 30 mesi grattugiato * 20 fette sottili di grana padano

Pulite i carciofi (prima infilate un paio di guanti così che le mani non diventino nere) mettendoli in acqua e ghiaccio per non farli ossidare: non utilizzate il limone per non alterarne il sapore; lasciatene quattro interi dividendo a spicchi i restanti. Salateli e cuoceteli in una casseruola con uno spicchio di aglio in camicia e l'olio extravergine. Bagnate con poca acqua fino a cottura ultimata. Nel frattempo pestate i grani di pepe al mortaio (se non lo avete metteteli in un sacchetto e usate un batticarne) sminuzzandoli. In un pentolino dai bordi alti fate bollire il latte con la panna fino a ridurre della metà il peso. A questo punto aggiungete il grana padano, fatelo fondere e quindi frullate fino a ottenere una crema liscia. Tenete in caldo. Impiattate distribuendo alla base la crema di grana; appoggiate al centro di ciascun piatto un carciofo intero e quindi gli spicchi. Distribuite il pepe sulla crema e completate il piatto adagiando cinque fette sottili di grana, che potrete facilmente ottenere utilizzando un pelapatate.

1

SBOLLENTATE L'AGLIO
Affinché il sapore dell'aglio non sia troppo invadente sbollentatelo e mettetelo in acqua e ghiaccio per due volte.

2

CREMA VERDISSIMA
Frullate il prezzemolo con l'aglio, il peperoncino, l'olio e l'acqua molto fredda ottenendo una crema liscia.

3

NIDO DA GUSTARE
Amalgamate gli spaghetti con la crema a freddo. Poi, con pinza e mestolo, formate un nido per ogni piatto.

PRIMO

SPAGHETTI AGLIO, OLIO E PEPERONCINO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g di spaghetti di grano duro * un grammo di peperoncini secchi * 200 g di olio extravergine di oliva * 200 g di acqua * 25 g di aglio sbollentato due volte * 50 g di foglie di prezzemolo * sale

Sciacquate bene il prezzemolo ed eliminate i gambi. Mettete le foglie nella ciotola del frullatore assieme al peperoncino, all'aglio (che avrete sbollentato due volte per renderlo meno forte e raffreddato ogni volta in acqua e ghiaccio), all'olio extravergine d'oliva e ai 200 grammi di acqua gelata che servirà per non scaldare la vostra crema e non cuocere il quindi prezzemolo. Frullate per tutto il tempo necessario a ottenere un composto liscio e omogeneo. Cuocete gli spaghetti in abbondante acqua salata.

Controllate il tempo di cottura riportato sulla confezione e scolate; versate nella casseruola con la salsa preparata precedentemente. Amalgamate e procedete con l'impiattamento. Aiutandovi con un forchettone, o ancora meglio con delle pratiche pinze, e un mestolo, formate dei nidi che sistemerete delicatamente su ciascun piatto. Completate la vostra presentazione con la crema rimasta e un filo di olio extravergine di oliva.

I VINI DA ABBINARE

Vigneti Massa, Costa del Vento, 39 €
Cantine Ferrari, Perlé Rosé Riserva, 37 €
Damijan Podversic, Malvasia, 41 €

SECONDO

1

PREZZEMOLO AL FRESCO
Passate le foglie di prezzemolo in acqua bollente per qualche secondo e poi in acqua e ghiaccio: saranno più verdi.

2

DELIZIA A FETTE
Mettete il prosciutto su una placca con della carta forno, poi copritele con altra carta e una seconda placca.

3

UN SOLO PASSAGGIO
Arrostite su un lato il merluzzo leggermente unto con l'olio e giratelo all'ultimo momento per segnare anche l'altro lato.

MERLUZZO AL PROSCIUTTO CRUDO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE 600 g di polpa di merluzzo nero tagliato in tranci regolari da 150 g l'uno * olio extravergine d'oliva * ½ kg di prezzemolo * 8 rapanelli piccoli * 20 fette di prosciutto crudo * sale e pepe

Pulite e lavate bene i rapanelli, divideteli in quattro e conditeli; teneteli da parte. Chiudete il prosciutto crudo tra due fogli di carta da forno. Mettete i fogli tra due placche e cuocete in forno già caldo per 20 minuti a 160°. Appoggiate il prosciutto su un foglio di carta assorbente. Una volta raffreddato risulterà croccante. Sfogliate e lavate bene il prezzemolo. Sbollentatelo per 3 minuti in abbondante acqua salata. Scolatelo e raffreddatelo in acqua e ghiaccio. Scolate le foglie e strizzatele eliminando tutta l'acqua. Frullate fino a ottenere una crema molto liscia aggiungendo dell'olio extravergine di oliva a filo; regolate di sale e pepe. Mettete poco olio in una padella e cuocete il merluzzo solo da un lato fino a ottenere una rosolatura croccante; completate la cottura in forno alla temperatura di 180°per 4 minuti. Tenete al caldo. Con l'aiuto di due cucchiaini preparate delle quenelle di crema di prezzemolo che sistemerete sul piatto assieme ai rapanelli. Posate il merluzzo e infilate il prosciutto croccante tra le falde.

I VINI DA ABBINARE

Quintodecimo - Via del Campo, 36 €
Ca' del Bosco - Cuvée Prestige, 34 €
Pietradolce - Archineri Etna Bianco, 43 €

I VINI DA ABBINARE

Luigi Vico,
Moscato d'Asti 9 €
Masari,
Doro Passito 20 €
Az. Agricola Quarticello
Stradora 27 €

1

AFFETTATE IL PANE
Per ogni porzione tagliate tre fette di pane in cassetta molto sottili e rifilatele eliminando la crosta.

2

CHE SIANO BEN CROCCANTI
Tostate le fette nel burro fuso oppure passatele in forno per 15 minuti a 150 gradi dopo averle spennellate con il burro.

3

STRATI GOLOSI
Con l'aiuto di una sac à poche decorate le fette di pane al latte sovrapponendole fino a formare il sandwich.

DOLCE

SANDWICH DI PANE AL LATTE E CIOCCOLATO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE pane in cassetta al latte * 50 g di burro * 80 g di zucchero a velo * 75 g di sesamo nero * 100 g di cioccolato fondente * 6 fogli di colla di pesce * 500 g di latte * 40 g di zucchero * 10 g di glucosio * 220 g di cioccolato gianduia * 10 g di burro di cacao * 590 g di panna

Iniziate preparando la panna cotta. Mescolate in una casseruola 2 fogli di colla di pesce idratata con 250 g di panna, 250 g di latte e 40 g di zucchero portandoli a bollore, quindi versate la preparazione in un contenitore rettangolare e mettete a raffreddare in frigorifero. Tostate il sesamo nero in forno a 150° per 15 minuti. Tagliate il pane in cassetta a fette sottilissime rettangolari, tostatele in una padella con del burro fuso quindi cospargetele di zucchero a velo. Portate a bollore 100 g di latte e 30 di panna, aggiungete il cioccolato fondente e mescolate per ottenere una salsa liscia. Sciogliete la gianduia e il burro di cacao a bagnomaria. Portate a bollore 310 g di panna, 150 g di latte e versate il tutto nel mix di gianduia e burro. Aggiungete 4 fogli di colla di pesce idratata e strizzata e mettete a raffreddare qualche ora in frigorifero. Montate nella planetaria fino a ottenere una consistenza cremosa. Costruite il piatto alternando le sfoglie di pane con la crema di gianduia, versate la salsa di cioccolato fondente e completate con dei ciuffi di panna cotta.

ISABELLA POTÌ

Com'è gustosa la mia Puglia

È unanimemente riconosciuta come una delle chef più innovative del panorama italiano. Non a caso lo scorso anno ha vinto il Premio innovazione in cucina. Isabella Potì, nata nel 1995 da madre polacca e papà leccese, è riuscita giovanissima a portare alla ribalta della cucina internazionale ingredienti e tradizioni della sua Puglia, i cui sapori possiamo ritrovare in ogni piatto del suo ristorante una stella Michelin proprio a Lecce. «Qui in Salento sono i gusti molto forti a farla da padrone e io in cucina voglio riportare sempre i sapori della mia terra», dice. Non potevano essere diversi i piatti pensati per il menu stellato di *Gente*: ingredienti che definiremmo poveri ma che passati per i fornelli esperti di Isabella Potì riescono sempre a stupire. L'antipasto che la chef propone ne è un esempio: per dare alla cipolla la consistenza e il gusto che si potrà assaporare bisogna armarsi di pazienza. E poi ci sono quei piccoli segreti in grado di dare al piatto la pennellata finale: il rafano che dona freschezza e forza balsamica alla salsa dei fusilli, o la scelta di cuocere solo la parte esterna del cavolfiore, più morbida, nel latte così da ammorbidire il suo sapore pungente. La chef insegna anche una tecnica di cottura per il filetto di maiale per mantenerlo appena rosa all'interno e croccante fuori. E c'è tempo anche per giocare con i ricordi di gioventù, come quel ghiacciolo al limone con lo stecco di liquirizia. «Io ne andavo matta e ho voluto ricreare questo dolce nel quale ogni cucchiaino mi permette di fare un salto indietro nel tempo».

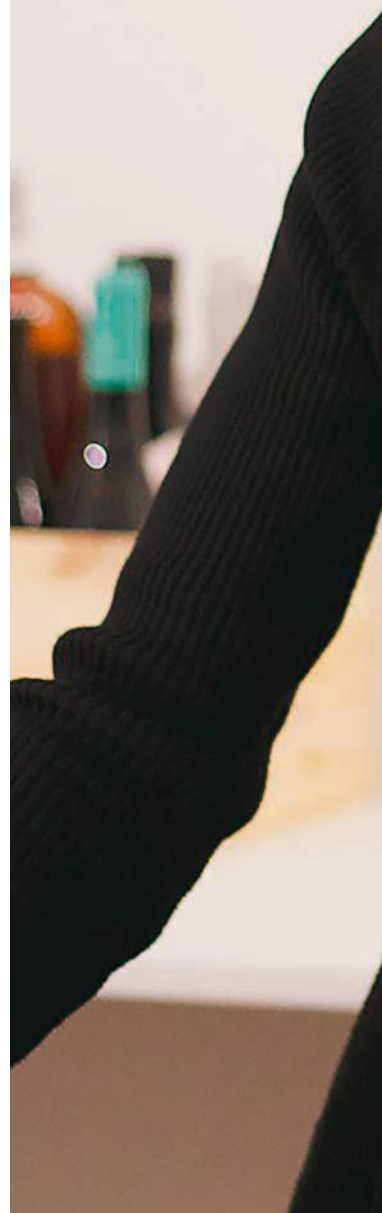



Foto Sandra Alba Cordón

IL MENU

Cipolla, bottarga e pecorino

Fusilli, cavolfiore e rafano

Filetto di maiale e cicoria selvatica

Soufflé al limone e liquirizia

RISTORANTE BROS'

VIA DEGLI ACAYA, 2
LECCE
TEL. 351 661 5513
WWW.PELLEGRINOBROTHERS.IT

I VINI DA ABBINARE

Giovanni Aiello, Chakra Verde 2020, 14 €
Fiano, L'archetipo 2018, 13 €
Masciullo, Verdeca 2018, 13 €

1

MONTATE LA SPUMA
Dopo aver fatto fondere il pecorino nella panna, frullate fino a ottenere una crema liscia e omogenea.

2

CUOCETE LE CIPOLLE
Sistemate ogni cipolla in un pirottino aggiungendo su ognuna 40 grammi di burro cristallizzato. Infornate.

3

ALLA FINE LA BOTTARGA
Una grattugiata di bottarga sul piatto appena composto e il vostro antipasto sarà pronto per essere servito.

ANTIPASTO

CIPOLLA, BOTTARGA E PECORINO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE 4 cipolle di cannara * 350 g di acqua * 225 g di zucchero * 150 g di burro * 400 g di panna * 200 g di pecorino * 1,5 g di xantana

Mondate le cipolle, quindi tagliate le estremità per creare una base. In una padella fate sciogliere 75 g di zucchero con 350 g di acqua fino a ottenere uno sciroppo. Mettete lo sciroppo di acqua e zucchero in una busta, aggiungete le cipolle, create il sottovuoto e cuocete per 40 minuti in forno a vapore. Potete usare una normale pentola mettendo dell'acqua alla base e inserendo all'interno un cestello sul quale poserete la busta: coprite e fate cuocere controllando comunque il livello dell'acqua. Per il burro cristallizzato: in un pentolino unite lo zucchero restante con il burro e fate andare a fiamma lenta fino a far sciogliere lo zucchero. Lasciate raffreddare. Preparate la spuma al pecorino portando a primo bollore panna e pecorino, sistemate di pepe bianco e sale, aggiungete la xantana, frullate e passate con colino a maglie fini. Sistemate ciascuna cipolla in un pirottino con 40 g di burro e fate cuocere per un'ora in forno a 180°C laccando circa ogni 10 minuti. Componete il piatto sistemando una cipolla sulla quale monterete la fonduta al pecorino. Completate con una grattata di bottarga e servite.

FUSILLI, CAVOLFIORE E RAFANO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE 500 g di fusilli * 1/2 cavolfiore violetto * 1/2 cavolfiore romanesco * 400 g di cavolfiore, solo le parti più esterne e bianche * 500 ml di latte * 40 g di rafano grattugiato * 8 g di aceto di vino rosso * sale * un grammo di xantana

Tagliate sottilmente il cavolfiore prendendo soltanto i fiori più esterni, metteteli in una pentola e copriteli con il latte. Ritagliate un disco da un foglio di carta forno delle stesse dimensioni della pentola e realizzate un foro al centro. Sistemate il foglio sopra i cavolfiori con il latte: il foro al centro permetterà al vapore di fuoriuscire. Fate cuocere a fiamma bassa fino a ottenere una consistenza del cavolfiore molto morbida. Scolate la verdura e frullatela aggiungendo il rafano grattugiato, aceto, sale e xantana. Setacciate il composto ottenuto con un colino a maglie fini così da avere una crema liscia e omogenea. In un'altra pentola fate bollire abbondante acqua salata e fate cuocere al dente i fusilli. Scolateli. Mettete la crema in una ciotola e aggiungete i fusilli scolati. Mantecate il tutto. Sistemate i fusilli in un piatto caldo e completate grattugiando sopra il cavolfiore romanesco e quello viola a crudo come se fossero del parmigiano. Servite subito.

1

SCEGLIETE I FIORI ESTERNI
Tagliate dal cavolfiore i fiori esterni, più teneri. Il resto lo userete per cucinarlo in altro modo, per esempio gratinato.

2

PREPARATELI A FUOCO LENTO
Cuocete i fiori di cavolfiore con del latte mettendo un foglio di carta forno bucato al centro come coperchio.

3

CONDITE A FREDDO
Dopo aver scolato la pasta, conditela in una ciotola a freddo con la crema ottenuta con il cavolfiore che avrete frullato assieme al rafano.

I VINI DA ABBINARE

Domaine de l'Ecu*, *Carpe Diem, 49 €
Manfredi Stramacci*, *Tellenae, 15 €
Valentina Passalacqua*, *Mare e foresta, 17 €

SECONDO

FILETTO DI MAIALE E CICORIA SELVATICA

INGREDIENTI PER 4 PERSONE 400 g di filetto di maiale * 180 g di burro chiarificato * 200 g di cicorie (meglio selvatiche) * 4 g di bicarbonato * 10 g di sale * olio di semi * sale maldon * 4 carote * 2 cipolle bianche * 4 scalogni * timo selvatico * una testa d'aglio * acqua

Preparate la salsa. Fatevi dare dal vostro macellaio qualche osso della lombata di maiale e fatelo rosolare con dell'olio di semi assieme alle parti di grasso e tessuto connettivo del filetto; aggiungete le verdure tagliate a pezzi e dell'acqua fino a coprire il tutto. Fate cuocere a fuoco lento. Intanto mondate la cicoria e cuocetela in acqua e bicarbonato per 2 minuti, quindi mettetele in una ciotola con acqua e ghiaccio. Legate il filetto con uno spago da cucina e cuocete al vapore per circa 4 minuti per lato. Lasciate riposare per almeno 20 minuti a temperatura ambiente. Completate la salsa: filtrate il brodo e rimettetelo sul fuoco per farlo addensare fino a ottenere una sorta di caramello. Potete aggiungere del kuzu (una radice giapponese che si trova in commercio in polvere) per dare alla salsa una consistenza setosa. Saltate la cicoria in padella con l'olio e regolate di sale. Fate sciogliere il burro chiarificato in un'altra padella e rosolate leggermente il maiale. Servite il vostro piatto ben caldo spennellando il maiale con il burro e accompagnatelo con le verdure e la salsa.

I VINI DA ABBINARE

Cascina degli Ulivi Bellotti, Semplicemente Vino Rosso, 14 €
Giovanni Aiello, Chakra, 20 €
Valentina Passalacqua, Saggezza, 18 €

1

LESSATE LA CICORIA
Cuocete la cicoria in acqua bollente, quindi immergetela in acqua gelata così che possa mantenere un colore verde vivace.

2

COTTURA AL VAPORE
Fate bollire dell'acqua, quindi posate sulla pentola un cestello in bambù dove adagerete il filetto per farlo cuocere.

3

SAPORITA E CROCCANTE
Mettete la cicoria in una padella con un filo d'olio. Fatela arrostire senza muoverla finché sarà diventata croccante.

BASTANO CINQUE MINUTI
Dopo aver mescolato il latte, bollito con la scorza di limone, con il tuorlo d'uovo e la maizena, cuocete per cinque minuti.

A BECCO D'ANATRA
Montate l'albume dell'uovo fino a renderlo spumoso: sollevando la frusta, la crema assomiglierà a un becco d'anatra.

E POI LA LIQUIRIZIA
Prima di portare in tavola il dolce, ben caldo, completate il soufflé con della polvere di liquirizia.

I VINI DA ABBINARE

Marco de Bartoli, Vecchio Samperi, 50 €
Eric Bordelet, Poire Granit, 20 €
Botromagno, Gravisano Passito di malvasia, 23 €

DOLCE

SOUFFLÉ AL LIMONE E LIQUIRIZIA

INGREDIENTI PER 4 PERSONE 500 g di latte * 6 tuorli * 30 g di maizena * 80 g di zucchero * 180 g di succo di limone * 10 g di scorzetta di limone * 200 g di albumi * 80 g di zucchero * polvere di liquirizia

Preparate la base del soufflé. Bollite il latte e la scorza di limone; a parte montate i tuorli con lo zucchero e la maizena fino a ottenere una crema densa. Eliminate la scorza di limone e versate il latte nel composto di tuorli mescolando in continuazione. Una volta amalgamato il tutto, rimettete la crema sul fuoco continuando a mescolare per circa 5 minuti facendo attenzione a che il tuorlo non "strappi", cioè non si rapprenda. Levate dal fuoco e aggiungete il succo di limone filtrato. Fate raffreddare. Al momento di servire il dolce, prelevate 200 grammi di composto base e mettetelo in una ciotola; con una frusta sbattetelo per eliminare eventuali grumi. Montate gli albumi fino a renderli spumosi; aggiungete lo zucchero e amalgamateli alla base del soufflé 1/3 alla volta. Riempite con il composto uno stampino imburrato e zuccherato e cuocete a 180° per 7-8 minuti. Il volume dovrà raddoppiare. Prima di portare in tavola spolverate con polvere di liquirizia e mangiate subito (la crema di base che vi avanza potrete usarla per un bis o congelarla per un'altra occasione).

VALERIA PICCINI

La Maremma è gourmet

Era nata nel 1971 come una rivendita di vino dove accompagnare un buon bicchiere di rosso con salumi e formaggi, una di quelle che è facile trovare nei borghi medievali della Toscana. In quella cucina ha mosso i primi passi Valeria Piccini che, a soli 14 anni, ha iniziato ad aiutare Angela e Carisio Menichetti, detto Caino, i patron del locale. Lì ha incontrato anche l'amore, Maurizio, il figlio della coppia, l'ha sposato e ha avuto un figlio, Andrea. Passano gli anni e quei semplici piatti freddi si sono trasformati, diventando sempre più raffinati fino a meritare due stelle Michelin e consacrarsi come meta obbligata dei palati gourmet di passaggio in Maremma. E alla Maremma Valeria Piccini è più che mai legata. «Ho avuto come punto di riferimento le signore del paese, chiedevo loro le ricette tradizionali: ho seguito i consigli di mia mamma, mia nonna e mia suocera», racconta. È la tradizione della cucina di campagna quella che ritroviamo nel menu della chef. «Cucino tutto come una volta», si schernisce. Dietro ogni piatto, però, c'è uno studio attento come per il dolce, che trasforma una merenda che la nonna era solita prepararle (l'arancia condita con olio, sale e pepe) in un dessert contemporaneo, le cui origini mai sospetteremmo. Ai lettori di *Gente* la chef regala anche la ricetta di un piatto da dieci anni simbolo del locale: i bottoni di patate con pancetta e tartufo. Il loro segreto? «La purea di patate molto lenta che addenso con della colla di pesce: il calore della cottura la farà tornare quasi liquida», rivela Piccini. Da provare.

Foto Lido Vannucchi

IL MENU

Crema di borlotti, finferli e lumache

Bottoni di patate, pancetta e tartufo

Agnello con carote e capperi

Emulsione di arancia, olio e gelato

RISTORANTE CAINO

VIA DELLA CHIESA, 4
MONTEMERANO (GROSSETO)
TEL. 0564 602817
WWW.DACAINO.COM

1

FRESCHEZZA AL LIMONE
Saltate le lumache con olio, aglio e un trito di prezzemolo. Aggiungete la buccia del limone per dare freschezza.

2

SALTATI CON L'AGLIO
Scegliete dei finferli piccoli e sodi da saltare in padella con uno spicchio di aglio. Dovranno restare croccanti.

3

IMPIATTATE COSÌ
Componete il piatto alternando lumache e finferli sulla base di una crema di fagioli borlotti. Servite ben caldo.

I VINI DA ABBINARE

Maurizio Menichetti, A Carisio Rosso, 30 €. ***Le due Terre, Pinot Nero***, 41 € ***Biondi Santi, Sassoalloro***, 21 €

ANTIPASTO

CREMA DI BORLOTTI, FINFERLI E LUMACHE

INGREDIENTI PER 4 PERSONE 40 lumache di terra già spurgate * 3 spicchi d'aglio * un limone * mentuccia * prezzemolo * 300 g di fagioli secchi * 1/4 di cipolla bianca * sedano * una carota * 1/4 di cipolla di Tropea * 50 finferli piccoli * due cucchiai di aceto * aceto balsamico * 6 cavolini di Bruxelles

Mettete in ammollo 24 ore i fagioli borlotti in acqua fredda, quindi fateli lessare in abbondante acqua fino a cottura. Lasciate da parte 30 fagioli per rifinire il piatto e con gli altri preparate la crema. In una casseruola con olio fate stufare la cipolla bianca, un gambo di sedano, un pezzo di carota tagliati sottilmente, unite i fagioli con un po' della loro acqua e cuocete per circa 15 minuti; salate, frullate, passate tutto in un colino. Fate lessare le lumache per circa 30 minuti con l'aggiunta della mentuccia e poco sale. Toglietele dal guscio e saltatele in padella con l'aglio, il limone grattugiato e il prezzemolo. Lavate i finferli e saltateli in padella con l'aglio. Affettate la cipolla di Tropea e mantenetela in acqua e aceto rosso per qualche ora. Sfogliate i cavolini di Bruxelles e sbollentate le foglie in acqua bollente dove è stato sciolto un cucchiaio di zucchero, quindi fatele seccare in forno a 45º. Disponete alla base dei piatti fondi un mestolo di crema di borlotti quindi le lumache, i finferli saltati, i fagioli lessi messi da parte, qualche filo di cipolla rossa e le foglie di cavolini essiccate.

1

UNA GOCCIA DI RIPIENO Con l'aiuto di una sac à poche formate sulla sfoglia dei piccoli gnocchi come ripieno. Bastano pochi grammi a porzione.

2

CUORE DELIZIOSO Posizionate al centro del ripieno un pezzetto di pancetta croccante che avrete fatto saltare in padella.

3

NEL BURRO PROFUMATO Prima di servire i vostri bottoni, fateli saltare in padella con un po' di burro fuso aromatizzato con tartufo e acqua di cottura.

PRIMO

BOTTONI DI PATATE, PANCETTA E TARTUFO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE 3 uova * 75 g di farina di semola di grano duro * 225 g di farina 00 * 200 g di patate lessate con la buccia * 200 g di latte * 100 g di burro * 35 g di parmigiano reggiano * 2 fogli di colla di pesce * 40 g di tartufo nero * 30 g di granella di nocciole * 4 fette di pancetta

Preparate la pasta con le farine e le uova, facendo riposare l'impasto per mezz'ora. Nel bicchiere di un frullatore inserite le patate, il latte ben caldo, il parmigiano, 60 grammi di burro e la colla di pesce idratata; riducete in crema e trasferite in una sac à poche. Fate raffreddare. Tagliate la pancetta a bastoncino, fatela saltare in padella per renderla croccante e asciugatela bene dall'unto. Stendete la pasta fino a ottenere una sfoglia molto sottile. Con la sac à poche formate uno gnocchetto di ripieno corrispondente a ciascun bottone: dovete contarne almeno 35-40 a testa. Disponete un pezzetto di pancetta su ciascun bottone e ricoprite con un'altra sfoglia eliminando l'aria tra i due strati. Con un coppapasta da tre centimetri di diametro ritagliate i bottoni da lessare per qualche minuto in abbondante acqua salata. Tagliate a julienne il tartufo. Fate fondere in padella 50 grammi di burro con gli avanzi del tartufo e un po' di acqua di cottura: fate saltare i bottoni e serviteli nel piatto con al centro il tartufo a julienne e intorno la granella di nocciole.

I VINI DA ABBINARE

Maurizio Menichetti, A Carisio bianco, 25 €
Tenuta Montauto, Pinot nero, 21 €
Salustri, Santa Marta, 22 €

1

COTTURA VELOCE
Saltate rapidamente in padella le fettine di carota ottenute con il pelapatate, aggiungendo del brodo di agnello.

2

E POI ROSOLATE
Dopo aver cotto a fiamma bassa l'agnello, lasciandolo rosa all'interno, rosolatelo per formare la crosticina.

3

CAROTE IN TRE MODI
Nell'impiattare, prima formate una quenelle con la purea di carote, poi aggiungete quelle a strisce e le altre con l'aceto.

AGNELLO CON CAROTE E CAPPERI

INGREDIENTI PER 4 PERSONE 2 selle d'agnello disossate (fatevi lasciare da parte le ossa di scarto) * un kg di carote * 200 g di aceto di vino bianco * 200 g di brodo di agnello * 24 capperi di Pantelleria dissalati * una costa di sedano * una cipolla * sale e pepe * olio extravergine di oliva * aceto

Preparate del brodo di agnello facendo bollire le ossa di scarto con una carota, il sedano e la cipolla. Pelate le altre carote con il pelapatate. Da una ricavate delle rondelle sottili e sistematele in un contenitore con dell'aceto. Con altre quattro o cinque carote preparate una crema, cuocendole a lungo con olio e sale e aggiungendo dell'acqua al bisogno; terminata la cottura, frullatele e passatele al setaccio. Con il pelapatate ricavate delle fette sottili dalle carote rimanenti e fatele saltare in padella per pochi minuti con olio, portandole a cottura con il brodo di agnello. Cuocete le selle in una padella con dell'olio, prima a fuoco lento e quindi più alto per far formare una crosticina. Completate la cottura in forno fino a che la temperatura al cuore raggiungerà i 54-55 gradi. Lasciate riposare al caldo e ritagliate dei pezzi di agnello a parallelepipedi. Per impiattare, guarnite la carne con i capperi essiccati e polverizzati; posizionate 2-3 quenelle di crema di carote, sopra disponete le fettine di carote saltate, qualche cappero dissalato di Pantelleria e 4-5 pezzi di carote sott'aceto.

I VINI DA ABBINARE

Le Pupille, Poggio Valente, 28 €
Poggio Brigante, Arsura, 29 €
Roccapesta, Morellino di Scansano, 17 €

I VINI DA ABBINARE

Le Pupille, SolAlto, 15 €
Terenzi, Petit Manseng, 32 €
Antinori, Muffato della sala, 35 €

1

TEGOLE DORATE
Posate una pallina dell'impasto delle tegole su una teglia. Una volta cotta, piegatela finché è ancora calda.

2

ACCOPPIATA PERFETTA
Prendete il minipimer: montate l'olio extravergine di oliva con il succo d'arancia fino a ottenere una cremina densa.

3

SEMPLICE ED ELEGANTE
Formate una base con l'emulsione, quindi mettete le nocciole e la quenelle di gelato: il dolce è servito.

DOLCE

EMULSIONE DI ARANCIA, OLIO E GELATO

INGREDIENTI PER 6 PERSONE 1/2 l di latte di capra * 260 g di zucchero * 50 g di zucchero invertito * 25 g di glucosio * 25 g di panna * 1/2 l di succo d'arancia * 125 g di olio extravergine * 1,5 g di agar-agar * 35 g di farina di mandorle * 35 g di burro * un'arancia bio * qualche biscotto di pasta frolla

Preparate il gelato scaldando 250 ml di latte di capra con lo zucchero invertito, il glucosio e 75 g di zucchero; una volta freddo, unite il latte restante, la panna e mantecate con la gelatiera oppure mettete in congelatore e mischiatelo ogni 30 minuti. Per l'emulsione: in un pentolino unite metà del succo d'arancia con 85 g di zucchero e l'agar-agar; portate a bollore, quindi lasciate raffreddare fino a quando non si sarà trasformato in gelatina. A questo punto unite il restante succo e l'olio ed emulsionate con il minipimer. Per le tegole: formate un impasto liscio con 100 g di zucchero, il burro e la farina di mandorle; unite una grattugiata di buccia d'arancia e qualche goccia del suo succo. Formate delle palline, mettetele su una teglia coperta con un foglio di carta forno e fate cuocere a 180° fino a doratura. Impiattate disponendo sul fondo del piatto due cucchiai di emulsione; adagiatevi sopra delle briciole grossolane dai biscotti di pasta frolla e una quenelle di gelato di capra e, sopra quest'ultima, appoggiate una tegola all'arancia.

MORENO CEDRONI

La fantasia del Pescatore

Moreno Cedroni è il patron del due stelle Michelin la Madonnina del Pescatore a Senigallia e di altri due locali, la salumeria ittica Anikò, sempre a Senigallia, e Il Clandestino nel vicino parco del Conero. Quando racconta la sua storia, pone un "prima" e un "dopo" il suo incontro (fino ad allora Cedroni guidava un ristorante come molti altri sulla riviera adriatica) con il genio Ferran Adrià. È così che Cedroni si è trasformato in uno degli chef più innovativi della cucina italiana. Cosa propone nel menu realizzato per i lettori di *Gente*? Un assaggio della sua fantasia per trasformare ciascuno di noi in un estroso dei fornelli. Si comincia con la fusione di due piatti della tradizione: l'italiana panzanella con la catalana in onore del suo maestro Adrià. Consigli? «Perché i calamari restino teneri, scottateli solo qualche secondo in acqua bollente», suggerisce. Segue un gioco, un tortellino al ragù che non si presenta come tale. Gli ingredienti – pasta, parmigiano, salsa di pomodoro e carne – sono tutti divisi nel piatto: «Suggerite ai commensali di intingere il tortellino nella salsa prelevando anche un pezzetto di carne cruda», sorride. Poi c'è la tecnica, con il baccalà in oliocottura con l'olio di semi che cuoce delicatamente senza friggere. «Potreste presentarlo ricordando che Leopardi aveva inserito proprio pesce e spinaci tra i suoi 49 ingredienti preferiti», spiega. Infine il dolce, il tortino al cioccolato con cuore tenero creato nel 1981 dal tre stelle Michel Bras e ancora oggi tra i dessert più imitati. Il segreto? «Il cuore congelato».

Foto Lorenzo Cicconi Massi

IL MENU

Tra una panzanella e una catalana

Tortellini al parmigiano liquido

Baccalà in oliocottura con friggitelli

Tortino al cioccolato con cuore morbido

MADONNINA DEL PESCATORE

LUNGOMARE ITALIA, 11
SENIGALLIA (ANCONA)
TEL. 071 698267
WWW.MORENOCEDRONI.IT

I VINI DA ABBINARE

Tenuta Campioli, Bianchello del Metauro, 10 €
Thierry Germain, L'Insolite, 35 €
Dr. Thanisch, Bernkasteler Doctor Riesling, 27 €

LA CREMA DI SEDANO
Con un minipimer frullate il sedano appena sbollentato, aggiungendo l'olio per avere la crema liscia alla base del piatto.

SBOLLENTATE I CALAMARI
Una pentola d'acqua bollente per scottare per pochi secondi i calamari: così sarete certi che resteranno morbidi.

GIOCATE CON I COLORI
Per impiattare, dopo aver messo la crema di sedano alla base, giocate con i colori distribuendo pesce e pane a vostro piacimento.

ANTIPASTO

TRA UNA PANZANELLA E UNA CATALANA

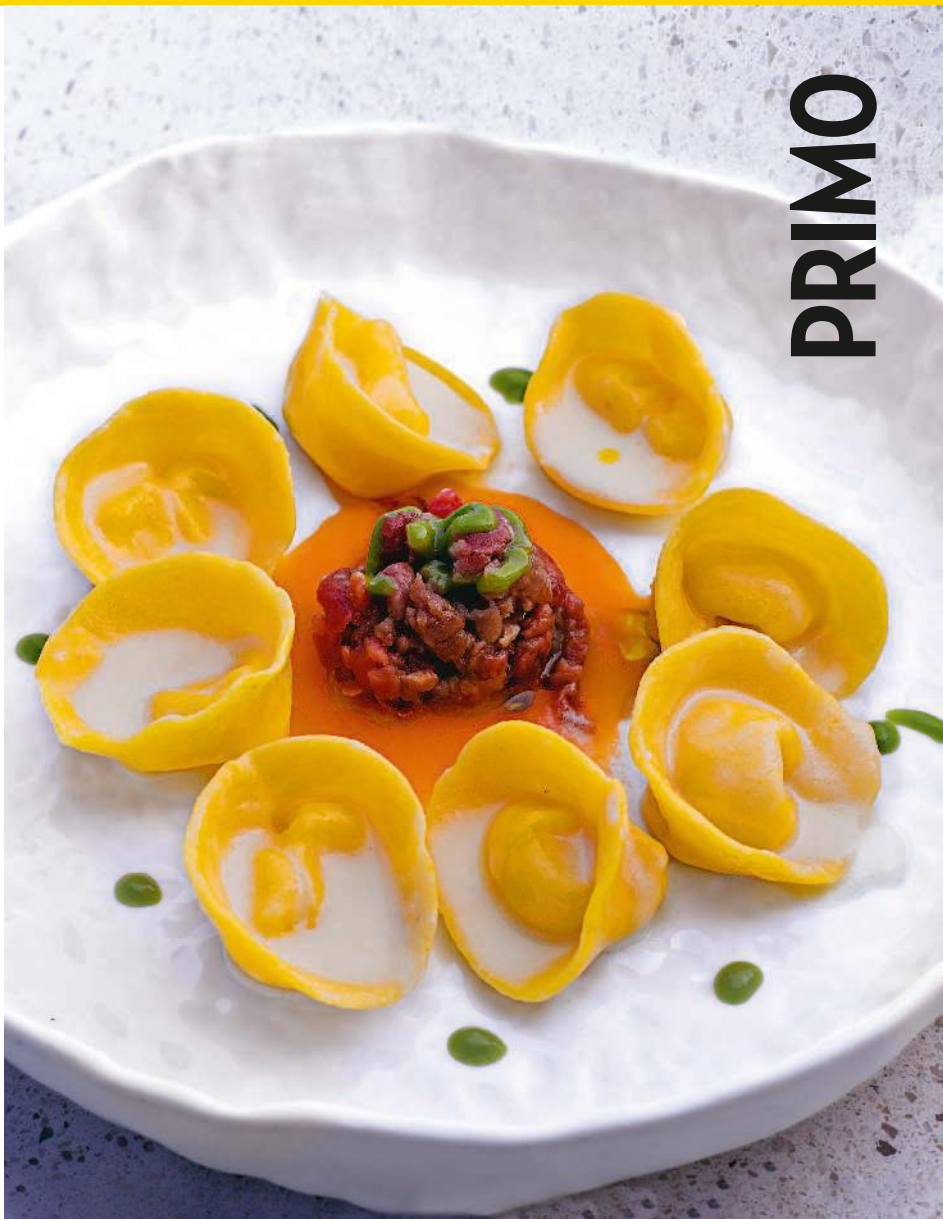
INGREDIENTI PER 4 PERSONE 200 g di canocchie * 200 g di mazzancolle * 200 g di gamberi rossi * 200 g di calamari * 100 g di sedano pulito * 50 g di cipolla rossa * 50 g di pane * 100 g di pomodori datterini * erba cipollina * aceto balsamico * aceto bianco * olio extravergine di oliva * zucchero

Tagliate la cipolla a fette sottili, passatele in acqua bollente per 30 secondi, scolatele e fatele raffreddare. Mettete 40 g di aceto bianco, 35 di zucchero e un pizzico di sale in una ciotola e fate sciogliere al microonde; lasciate raffreddare, unite la cipolla e mettete in frigo per una notte. Per la vinaigrette, tagliate sottilmente l'erba cipollina e unitela a 150 g di acqua, 25 di olio, 5 di aceto balsamico e un pizzico di sale. Togliete le fibre al sedano, tagliatelo a piccoli pezzi e sbollentatelo. Frullatelo con 20 g di vinaigrette, 20 di acqua, una goccia di olio e una di succo di limone. Con la restante vinaigrette condite anche i pomodorini tagliati a spicchi e il pane a dadini. Fate marinare i gamberi rossi con del succo di lime. Lessate per 4 minuti le canocchie e liberatele dal carapace. Sgusciate le mazzancolle, pulite i calamari, apriteli e tagliateli metà; prima di impiantare scottateli in acqua bollente leggermente salata, per pochi secondi, condite con un pizzico di sale. Impiattate mettendo alla base del piatto la salsa di sedano, quindi crostacei e molluschi, infine il pane, le cipolle e i pomodorini.

PRIMO

TORTELLINI AL PARMIGIANO LIQUIDO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE 200 g di semola di grano duro * 130 g di tuorlo * 15 g di albume * 400 g di panna * 160 g di parmigiano * 250 g di pomodoro ramato * 15 g di cipolla bianca * 100 g di filetto di manzo * 10 g di basilico * olio extravergine di oliva * zucchero, sale e pepe

Impastate la farina con tuorlo e albume, formate una palla, avvolgetela nella pellicola e lasciatela una notte in frigorifero. Scaldate la panna, aggiungete il parmigiano, frullate e passate in un colino fine; lasciate raffreddare una notte. Il giorno seguente tirate la pasta e tagliatela con un coppapasta da circa 8 cm, con una sac á poche mettete al centro la mousse di parmigiano e chiudete a tortellino, schiacciando bene i due strati. Mettete in congelatore. Sbollentate i pomodori, togliete la pelle e riduceteli a dadini. Scaldate in padella olio e cipolla, poi aggiungete il pomodoro; cuocete con il coperchio a fuoco basso per 20 minuti, aggiustate di sale e zucchero, frullate e setacciate. Tagliate la carne a cubetti, condite di sale e pepe e formate delle polpette. Sbollentate il basilico e frullatelo con 80 g di acqua fredda, olio e sale; filtrate al setaccio. Cuocete i tortellini e passateli in padella con la mousse di parmigiano rimasta. Versate al centro del piatto un cucchiaio di salsa di pomodoro e la carne, circondate con i tortellini e alcune gocce di salsa al basilico.

1

INIZIATE CON LA SALSA
Mettete in una pentola i pomodori (ai quali avrete tolto la pelle) tagliati a dadini e fateli cuocere a fuoco lento.

2

NUCLEI DI FORMAGGIO
Dopo aver coppato la vostra sfoglia stesa sottilmente, adagiatevi una generosa quantità di crema di parmigiano.

3

EVVIVA LA MANUALITÀ
Sigillate la pasta chiudendola prima a raviolo e poi a tortellino, premendo bene sui bordi perché il ripieno non esca.

I VINI DA ABBINARE

Maria Pia Castelli, Stella Flora, 34 €
Villa Bucci, Verdicchio riserva, 45 €
St. Michael Eppan, Appius, 110 €

SECONDO

BACCALÀ IN OLIOCOTTURA CON FRIGGITELLI

INGREDIENTI PER 4 PERSONE 400 g di baccalà dissalato, senza pelle e diviso in quattro tranci * 80 g di friggitelli * 50 g di burro * 20 g di porro * 200 g di quinoa * 21 g di aceto bianco * 18 g di zucchero * 50 g di spinaci * olio di semi di girasole * acqua * sale

Mondate i friggitelli e tagliateli a fettine, passateli in padella con il porro e il burro a fuoco basso con il coperchio. Quando saranno teneri, aggiungete 100 g di acqua, portate a bollore, regolate di sale e passate al setaccio. Cuocete la quinoa in acqua salata bollente per 20 minuti, prelevatene 50 g e fateli seccare. A parte, unite aceto, zucchero e sale e sciogliete il tutto nel microonde. Al momento di impiattare, mescolate la quinoa all'agrodolce, mentre quella secca andrà fritta in olio di semi di girasole a 200° per pochi secondi, asciugata e salata leggermente. Sbollentate per 10 secondi gli spinaci lavati e privati del gambo duro. Mettete un litro di olio di semi di girasole in un piccolo tegame, portatelo a 85°, quindi toglietelo dal fuoco e immergete i quattro pezzi di baccalà. Con un termometro a sonda misurate 50° al cuore (serviranno circa dieci minuti), quindi scolate delicatamente i tranci e metteteli su carta assorbente. Versate al centro del piatto la salsa di friggitelli, sopra il baccalà, che va coperto con le foglie di spinaci. Poi posizionate lateralmente la quinoa agrodolce e quella fritta.

I VINI DA ABBINARE

Vignai da Duline, Chioma Integrale Malvasia, 26 €
Monacesca, Mirum, 25 €
Pascal Jolivet, Sauvage, 40 €

BADATE ALLE TEMPERATURE Immergete il baccalà nell'olio di semi portato a 85° e tolto dal fuoco. Il pesce sarà cotto quando avrà raggiunto i 50° al cuore.

COSÌ FATE LA QUINOA Friggete nell'olio bollente la quinoa che avrete precedentemente cotto. Darà il tocco croccante al piatto.

LA SFOGLIA È DI SPINACI Stendete su della carta assorbente gli spinaci sbollentati, sovrapponendo le foglie. Poi copriteci il pesce.

1

NOCCIOLA CONGELATA
Setacciate la pasta di nocciola passandola in un colino a maglie strette. Dividetela in semisfere e fatela congelare.

2

LA PULIZIA AI BORDI
Riempite i pirottini imburrati con l'impasto. Fate attenzione a non sporcare i bordi: sarà più facile estrarre i tortini.

3

AL CENTRO C'È LA SORPRESA
Prima di congelare i tortini, sistemate al centro di ogni pirottino le sfere di nocciola e cioccolato ricoprendole con l'impasto.

I VINI DA ABBINARE

Morello Austera, Vino & Visciole, 12 €
Marco De Bartoli , Bukkuram Sole D'Agosto, 50 €
Lustau, Pedro Ximénez Murillo, 34 €

TORTINO AL CIOCCOLATO CON CUORE MORBIDO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE 100 g di uovo * 50 g di cioccolato fondente al 55% * 40 g di burro * 60 g di zucchero semolato * 25 g di farina * 40 g di pasta di nocciola * 75 g di cioccolato al latte * 125 g di lamponi

Questo dolce si prepara in due fasi. Il giorno prima di servirlo mettete la pasta di nocciola in stampini a semisfera e surgelatela. Fondete il cioccolato al latte, intingeteci la pasta di nocciola congelata e adagiatela su carta forno. Montate le uova con 30 g di zucchero, aggiungete la farina e poi il cioccolato e il burro fusi insieme. Prendete 4 pirottini di alluminio, passateli con il burro e versate in ognuno circa 60 g di impasto, poi disponete al centro il cuore di gianduia spingendolo in basso fino a coprirlo. Congelateli. Il giorno della cena: per la salsa, lavate i lamponi e riduceteli in una purea che farete bollire due minuti con 30 grammi di zucchero. Cuocete in forno a 190ºC per 12 minuti i tortini prelevati dal congelatore (per essere certi del risultato, fate un tortino in più adattando le dosi, provate a cuocerlo per verificare che il tempo di cottura sia giusto; togliendolo dallo stampo e tagliandolo dovrà colare il cuore di gianduia). Presentate il tutto sistemando la salsa ai quattro lati del piatto, sformate il tortino e aggiungete dell'altra salsa. Decorate con dei lamponi freschi.

DOLCE

PINO CUTTAIA

Metto in tavola la mia infanzia

Lui si presenta così: «La mia è una cucina in cui reinventare i ricordi, trasformandoli in piatti perfetti per celebrare stagioni e simboli della storia gastronomica della mia gente». La gente di Pino Cuttaia è quella di Sicilia, terra che ha saputo fondere tante culture, e che lo chef ha voluto riproporre nel suo ristorante due stelle Michelin a Licata, nell'agrigentino, e nel bistrot milanese Uovo di Seppia (dal nome di uno dei suoi piatti più famosi). Per il nostro menu, chef Cuttaia ha scelto, tra gli altri, due piatti icona: la pasta alla Norma e il cannolo. Lui scherza: «La mia è in realtà una pasta "fuori Norma" perché quella vera non si tocca». Difficile infatti pensare di modificare una ricetta pensata in onore della prima mondiale dell'opera di Bellini, il 26 dicembre 1831 al Teatro alla Scala di Milano. E lo stesso dicasi per il cannolo di cui scrisse perfino Cicerone: "Cilindro a base di farina, molto dolce, preparato con latte buono da mangiare". «Ho pensato a questi piatti per celebrare i ricordi della mia gioventù», spiega. A noi allora non resta che appuntare i consigli dello chef. «Per non fare ossidare i carciofi preferite i gambi di prezzemolo e non il succo di limone che ne altererebbe il gusto»; «se usate pasta come i capelli d'angelo esalterete ancora di più la salsa alle melanzane»; «cuocendo il pesce al sale copritelo con un foglio di carta d'alluminio e non con un coperchio, così che il vapore di cottura non rovini la base»; «per il cannolo usate ricotta freschissima e riempitelo all'ultimo momento: in questo modo il guscio resterà croccante».

Foto Fabrizio Villa

IL MENU

Tiepido di mare e carciofi

Pasta fuori Norma

Spigola in crosta di sale

Cornucopia con crema di ricotta

RISTORANTE LA MADIA

CORSO RE CAPRIATA, 22
LICATA (AGRIGENTO)
TEL. 0922 771443
WWW.RISTORANTELAMADIA.IT

1

È UN'ARTE SAPERLI PULIRE
Togliete le foglie più coriacee dei carciofi, divideteli a metà e, dopo aver eliminato la barba interna, fateli a fette sottili.

2

L'OLIO AROMATIZZATO
Cospargete il carpaccio con un intingolo a base di olio, aglio e gambi di prezzemolo tagliati sottili

3

IN FORNO PER IL TOCCO FINALE
Poco prima di servire passate il piatto nel forno caldo per qualche minuto: occorre a far sprigionare l'aroma del pesce.

I VINI DA ABBINARE

Tasca d'Almerita, Grillo di Mozia, 22 €
Planeta, Eruzione 1614 Carricante, 20 €
Azienda Agricola Milazzo, Selezione di famiglia, 27 €

TIEPIDO DI MARE E CARCIOFI

ANTIPASTO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
360 g di filetto di cernia o di spigola * 240 g di carciofi * 100 g di intingolo * 3 g di gambi di prezzemolo * olio extravergine di oliva * un grammo di aglio tritato * fior di sale * pepe

Con un coltello molto affilato e dalla lama sottile, tagliate il filetto di cernia o di spigola a fettine sottili per comporre un carpaccio (se credete potete farvelo tagliare anche dal vostro pescivendolo di fiducia). Mondate il carciofo, dividetelo a metà e quindi a listarelle conservandolo, nel frattempo, in acqua fredda alla quale avrete aggiunto delle foglie di prezzemolo per evitare che si ossidi (non usate il limone per non alterarne il gusto). Sbollentate i carciofi in acqua bollente per 2-3 minuti dalla ripresa del bollore e subito dopo gettateli in un recipiente con acqua e ghiaccio. Preparate l'intingolo mettendo in un contenitore l'olio extravergine di oliva con i gambi di prezzemolo tagliati sottilmente e l'aglio tritato fine. Componete il piatto adagiandovi sopra le fettine di carpaccio in maniera uniforme, in modo da creare una base; aggiungete quindi i carciofi e condite il tutto con l'intingolo. Cuocete per due minuti nel forno caldo così che si sprigioni l'aroma del pesce. Terminate il piatto con una spolverata di pepe e un po' di fior di sale. Servite subito.

LA FRITTURA
Friggete le melanzane. Appena le avrete scottate, abbassate la fiamma così rilasceranno l'olio in eccesso.

COMPLETATE LA COTTURA
Scolate i capelli d'angelo molto al dente e completate la cottura nella salsa. Così ne assorbiranno il sapore.

LA RICOTTA SPOLVERATA
Impiattate e cospargete con una generosa manciata di ricotta salata grattugiata la fetta di melanzana.

PASTA FUORI NORMA

INGREDIENTI PER 4 PERSONE due melanzane * 200 g di pasta tipo capelli d'angelo * 200 g di ricotta salata * 200 g di pomodori ramati * 1/4 di cipolla bianca * 50 g di basilico più qualche foglia per decorare * 2 spicchi di aglio in camicia * olio extravergine di oliva * sale e pepe

Per la salsa di pomodoro, scaldate l'olio in un tegame e fate soffriggere dolcemente la cipolla tritata; quando è ben appassita, unite i pomodori spezzettati e gli spicchi d'aglio in camicia, e fate cuocere la salsa a fiamma bassa per circa 20 minuti, fino a quando i pomodori saranno quasi disfatti. A cottura ultimata, eliminate gli spicchi d'aglio, passate la salsa al colino fine e regolate di sale. Tagliate le melanzane nel senso della lunghezza e ricavate 8 fette abbastanza sottili che farete friggere in olio extravergine di oliva. Scottate i capelli d'angelo in abbondante acqua bollente e quindi completate la cottura "risottandoli" nella salsa di pomodoro. Sistemate una fetta di melanzana su ciascun piatto, adagiatevi un nido di pasta che avrete ottenuto con l'aiuto di un mestolo nel quale avrete avvolto la porzione con un forchettone. Aggiungete un po' di salsa, la ricotta salata e ricoprite con l'altra fetta di melanzana da cospargere con altra ricotta salata grattugiata.

I VINI DA ABBINARE
Abbazia San Giorgio, Cloè, 29 €
I Vigneri, Vinudilice, 40 €
Benanti, Etna rosato, 15 €

A BASE D'ALBUME
Montate a neve morbida l'albume dell'uovo e poi aggiungete il sale: sarà la base su cui cuocere il pesce.

ARANCE SUCCOSE
Tagliate le due calotte dell'arancia e con un coltello ben affilato pelatela ricavandone degli spicchi.

PRONTO DA SERVIRE
Con l'aiuto di un cucchiaio e una forchetta prelevate le falde di spigola: se ben cotta, si staccherà dalla pelle.

SPIGOLA IN CROSTA DI SALE

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 tranci di filetto di spigola * sale marino integrale * 2 albumi d'uovo * 2 arance * 4 cipollotti * 400 g di polpa d'arancia * 45 g di canditi di arancia * olio extravergine di oliva

Sbucciate le arance a vivo, poi ricavate gli spicchi staccandoli dalla pelle con il coltello e tagliateli a pezzetti. Raccoglieteli in un'insalatiera con la parte bianca dei cipollotti affettati a julienne. Prima di servire, condite con olio, sale e pepe. Fate stufare la parte avanzata del cipollotto con l'olio e aggiungete la polpa di arancia. Fate ridurre, quindi aggiungete 300 g di acqua e frullate il tutto fino a ottenere una salsa omogenea. Aggiungete i canditi a cubetti e regolate di sale e pepe. Montate l'albume a neve morbida e amalgamatelo con il sale. Foderate una padella con un foglio di carta forno, versateci sopra il composto e adagiatevi dal lato della pelle i tranci di spigola, lavati e asciugati. Coprite con un foglio di alluminio e fate cuocere il pesce per circa un quarto d'ora. Sistemate l'insalata di arance su un piatto, quindi posate le falde di spigola privata della pelle. Versate sopra la salsa e servite.

I VINI DA ABBINARE

Tenuta di Fessina, Il Musumeci, 34 €
Feudo Montoni, Vrucara, 35 €
Paolo Calì, Forfice, 32 €

I VINI DA ABBINARE

La Lumia, Rodio, 28 €
Alessandro Viola, 50 gradi all'ombra, 30 €
Hauner, Malvasia delle Lipari, 24 €

IMPASTO GOLOSO
Con una frusta montate la ricotta e lo zucchero. Dovrete ottenere una crema liscia e morbida che farete raffreddare in frigorifero.

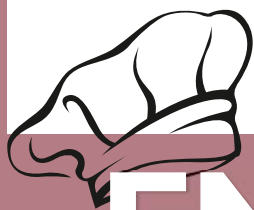
OCCHIO ALLA CROCCANTEZZA
Riempite delicatamente i vostri cannoli. Fatelo poco prima di servirli per evitare che la cialda perda croccantezza.

IL CIUFFO FA LA DIFFERENZA
Nell'impiattare il dolce, mettete un ciuffo di crema di ricotta sul piatto per fissare il cannolo e chiudete l'altra estremità.

DOLCE

CORNUCOPIA CON CREMA DI RICOTTA

INGREDIENTI PER 5 CANNOLI
100 g di farina 00 * 10 g di strutto * 10 g di zucchero * cannella * buccia d'arancia * 20 g di aceto di vino rosso * un tuorlo d'uovo * zucchero a velo * olio di arachidi * 250 g di ricotta * 60 g di zucchero * canditi d'arancia * pistacchi

Iniziate dalla farcia. Mescolate la ricotta con lo zucchero, passatela al setaccio e fate raffreddare in frigorifero. Per i cannoli, setacciate la farina con il cacao e miscelatela con un pizzico di cannella. Aggiungete aceto, zucchero, un po' di buccia d'arancia grattugiata e lo strutto. Impastate energicamente fino a ottenere una pasta liscia e omogenea, avvolgetela nella pellicola e lasciatela riposare a temperatura ambiente. Stendete la pasta abbastanza sottile (1,5 mm circa) e ritagliate degli ovali che avvolgerete attorno ai cannoli di metallo, saldando i bordi con del tuorlo. Friggete in abbondante olio a 180°C fino a doratura. Scolateli e, una volta freddi, rimuoveteli dai cannoli d'alluminio. Mettete la farcia in una sac á poche e riempite i cannoli. Spolverateli con lo zucchero al velo e adagiateli nei piatti. Guarnite il dolce con qualche scorza d'arancia candita, marmellata di agrumi e pistacchi tritati.

ENRICO BARTOLINI

Il re delle delizie a nove stelle

È lo chef italiano con più stelle: nove negli otto ristoranti italiani (ai quali si devono aggiungere altri due ristoranti a Hong Kong e consulenze ad Abu Dhabi e Dubai). Su tutte, naturalmente, svettano le tre stelle del ristorante che porta il suo nome al Mudec - Museo delle Culture di Milano. Non dobbiamo però farci mettere in soggezione da questo firmamento di stelle: i piatti che ha pensato per il nostro menu sono facili da realizzare ma di sicuro effetto. L'importante, inutile dirlo, è dedicare una ricerca a dir poco maniacale per portare nella nostra cucina ingredienti di prim'ordine, seguendo con attenzione i passaggi che lo chef descrive in queste pagine. Certo, si dirà, non è facile trovare il *finger lime* (non a caso chiamato anche "caviale di limone"), «ma potete sostituirlo con un buon limone pelato a vivo e tagliato a pezzetti». Il cavallo di battaglia dello chef è senza dubbio il risotto: ci suggerisce un Carnaroli da cuocere senza soffritti per mantenere il gusto originale. «Durante la cottura non fatelo mai asciugare, deve fluttuare nel brodo», consiglia. A riprova, poi, che l'alta cucina non vuole necessariamente dire grandi spese, c'è la portata principale, la guancia di vitello (ma in alternativa potrete usare anche il petto), che porterà allegria nei piatti con una decorazione a base di salse di carbone vegetale, curcuma e dragoncello. Il dessert, infine, manderà in visibilio i vostri ospiti: di fronte al cioccolato fondente non resta che inchinarsi! Magari con la variazione suggerita proprio dal grande chef: una *quenelle* di gelato al caramello salato che fonderà con il calore della spuma tiepida.

Foto Gabriele Stabile

Spuma soffice di patata

Risotto alle primizie

Tenerezza di vitello

Cioccolato soffice e caramello salato

ENRICO BARTOLINI

VIA TORTONA, 56
MUDEC - MILANO
TEL. 02 84293701
WWW.ENRICOBARTOLINI.NET

I VINI DA ABBINARE

Giulio Ferrari, Trento Doc, 140 €
Enrico Serafino, Alta Langa pas dosè, 38 €
Contadi Castaldi, Brùt, 16 €

1

L'UOVO MARINATO
Preparate un mix di sale fino e zucchero in pari quantità, quindi lasciatevi all'interno un tuorlo d'uovo per almeno 24 ore.

2

CONDITE IL GAMBERO
Pulite il gambero, tagliatelo a rondelle e conditelo con del *finger lime*. Se non l'avete potete usare limone tagliato a pezzetti.

3

IL GRAN FINALE
Decorate il piatto con la salsa al prezzemolo e la bernese. Fatelo rapidamente per evitare che la crema "smonti".

ANTIPASTO

SPUMA SOFFICE DI PATATA

INGREDIENTI PER 4 PERSONE 200 g di patate bollite * 300 g di panna fresca * 4 gamberi rossi * un finger lime * due tuorli d'uovo * capperi dissalati * 15 g di aceto di vino bianco * dragoncello * mezzo scalogno * 75 g di burro chiarificato * zucchero, sale e pepe

La sera prima preparate un mix di sale e zucchero, mettetene metà in una scodella, adagiatevi un tuorlo d'uovo e ricoprite. Sbollentate il prezzemolo e frullatelo con acqua fino a ottenere una crema densa. Per la salsa bernese: preparate un infuso con 20 ml di acqua, l'aceto, lo scalogno e qualche foglia di dragoncello; montate il tuorlo incorporando l'infusione. Cuocete il composto a bagnomaria continuando a montarlo fino ad avere la consistenza di uno zabaione. Tagliate le patate a cubetti e cuocetele. Nella ciotola del frullatore mettete la panna bollente e le patate e riducete tutto in crema. Montatela con la frusta o uno sbattitore elettrico fino a ottenere una spuma. Pulite i gamberi e tagliateli a rondelle. Togliete il tuorlo dal mix di zucchero e sale e grattugiatelo. Impiattate mettendo alla base i gamberi con qualche sfera di finger lime; coprite con la spuma di patate. Decorate con le due creme, il tuorlo grattugiato e dei capperi tritati.

RISOTTO ALLE PRIMIZIE

INGREDIENTI PER 4 PERSONE 280 g di riso Carnaroli * 2 zucchine * 2 carote * un peperone * un cucchiaino di curry * lemongrass * rosmarino * salvia * 200 ml di latte di cocco * 20 g di amarene * scalogno * alloro * menta * brodo vegetale * burro * bacche di ginepro * parmigiano reggiano * vino bianco

Per la salsa al curry: tostate la polvere in un pentolino, bagnate con del vino bianco e quindi aggiungete qualche foglia di lemongrass, del rosmarino, della salvia e il latte di cocco facendo sobbollire per circa un'ora, quindi passate al colino fine. Per la salsa al peperone: passate il peperone nell'estrattore oppure fatelo stracuocere, quindi frullatelo e fate ridurre il succo. Per la salsa di amarene: fate consumare adagio i frutti con mezzo scalogno tritato fine, alloro e menta. Preparate il burro al ginepro aggiungendo il 10% di bacche ridotte in polvere al burro. Tostate il riso a secco, sfumate con un bicchiere di vino bianco e, quando l'alcol sarà evaporato, aggiungete il brodo vegetale portando il riso a cottura. Mantecate prima con il burro al ginepro quindi con quello normale e, da ultimo, col parmigiano grattugiato. Impiattate sistemando sferette di primizie, le tre salse alla base e infine il risotto.

BURRO AL GINEPRO
Per la mantecatura, iniziate con il burro al ginepro e quindi con quello normale mischiando energicamente.

AL "GIUSTO" PARMIGIANO
Aggiungete il parmigiano, che non deve essere troppo stagionato per non coprire i sapori: tra i 20 e i 36 mesi.

MIX DI SALSE
Decorate la base del piatto con la salsa al peperone, poi con quella di amarene e infine con la salsa al curry.

I VINI DA ABBINARE

Terlano, Vorberg Riserva, 29 €
Sella & Mosca, Ambat, 21 €
Marina Coppi, Fausto Timorasso, 33 €

SECONDO

TENEREZZA DI VITELLO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE 4 guance di vitello * una carota * una cipolla bianca * un gambo di sedano * 250 g di vino rosso * due patate * un cucchiaino di curcuma * un mazzetto di dragoncello * 200 g di pane * 2 cucchiaini di carbone vegetale * una cipolla rossa * aglio * salvia * timo * olio extravergine di oliva

Preparate le salse. Tagliate a cubetti le patate e cuocetele in acqua. Dividetele in due parti: una la frullerete con il dragoncello, l'altra con la curcuma. In una padella con l'olio rosolate uno spicchio d'aglio con la cipolla rossa tagliata finemente, la salvia, il timo, il carbone e il pane; frullate il tutto allungando con dell'acqua o del brodo. In un'altra padella adatta al forno rosolate un trito di carote, sedano e cipolla con le guance di vitello. Coprite con il vino e mettete in forno a 140° per tre ore, quindi 30 minuti a 170°. Terminata la cottura, togliete la carne dalla padella, frullate il sugo e riducetelo fino a ottenere una salsa densa. Sistemate le guance su una grata da forno posata su una leccarda. Copritele con la salsa di pane, e con una bottiglietta per salse disegnate le righe gialle e verdi alternandole. Stendete la salsa della carne nel piatto, quindi posate delicatamente una guancia per porzione.

I VINI DA ABBINARE

Borgo Scopeto, Chianti Classico, 17 €
La Casa Caparzo, Brunello Di Montalcino 2010, 42 €
Az. San Felice, Vigorello, 55 €

1

ROSOLATE E UNITE IL VINO
In una padella adatta al forno fate rosolare le guance di vitello e copritele con il vino rosso.

2

UNA SALSA LISCIA
Frullate il sugo di cottura e riducetelo in un pentolino fino a ottenere una salsa liscia e cremosa.

3

DECORAZIONE MULTICOLORE
Nappate le guance prima con la salsa di pane quindicon quelle al dragoncello e alla curcuma. Poi servite.

1

ZUCCHERO E BURRO
In una pentola dai bordi alti fondete il burro e lo zucchero con qualche pizzico di sale.

2

IL MOMENTO DELLA PANNA
Quando lo zucchero fuso sarà diventato di un bel colore bruno, aggiungete la panna.

3

CREMA ARIOSA
Dopo aver caricato con due bombolette il sifone, "sparate" la crema al cioccolato nel piatto.

I VINI DA ABBINARE

Azienda Biava, Moscato di Scanzo, 58 €
Le Salette, Pergole Vece, Recioto della Valpolicella, 28 €
Carole Bouquet, Sangue d'Oro, 59 €

CIOCCOLATO SOFFICE E CARAMELLO SALATO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
200 g di cioccolato fondente * 330 g di panna fresca * polvere di caffè * 100 g di zucchero * 110 g di burro * 30 g di cacao in polvere * 50 g di farina * 20 g di maizena * 2 tuorli d'uovo * sale

Per il biscotto al cacao: impastate farina, maizena e cacao con il burro e i tuorli d'uovo. Formate un cilindro e mettete a congelare per almeno 3 ore. Scaldate il forno a 180 gradi, grattugiate il cilindro al cacao su una placca ricoperta con della carta forno e cuocete per circa 8 minuti. Lasciate raffreddare.
Preparate il caramello salato. Mettete lo zucchero, qualche pizzico di sale e 10 g di burro in una pentola dal bordo alto quindi fate fondere; quando lo zucchero sarà diventato bruno aggiungete la panna. Fondete il cioccolato a bagnomaria poi incorporate 250 grammi di panna fresca e un cucchiaino di polvere di caffè. Mettete il tutto in un sifone e tenete al caldo. Impiattate spalmando il caramello alla base di una fondina, aggiungete una dose generosa di crema al cioccolato dal sifone che avrete caricato con due bombolette e completate con le briciole di biscotto.

DOLCE

GIANFRANCO PASCUCCI

Nei miei piatti c'è tutto il mare

Aveva solo dodici anni Gianfranco Pascucci quando si mise ai fornelli. Portò in tavola un piatto di spaghetti con le telline che lui stesso aveva raccolto sulle spiagge vicino a casa. Oggi, come allora, allo chef piace cercare in prima persona il pesce per rifornire la cucina del suo ristorante una stella Michelin alle porte di Roma: è a pochi passi dal porto canale di Fiumicino e calamari, gamberi o spigole passano direttamente dal peschereccio al bancone della sua cucina. Magari potessimo fare lo stesso! Lo chef è venuto incontro ai lettori di *Gente* scegliendo per il suo menu ingredienti facili da reperire sul mercato del fresco. La cena, poi, sarà assolutamente informale, a cominciare dall'antipasto che Pascucci immagina servito al centro del tavolo: ciascuno dei commensali libero di servirsi. «È il piatto che il mio maestro Alberto mi ha insegnato 25 anni fa», confessa ricordando di pulire le seppie in acqua salata (30 g per litro di acqua). Per dare un tocco gourmet alla serata, propone invece un risotto cremoso cotto con l'alga kombu e condito, come si faceva una volta, con burro e acciughe, «e per dare un altro tocco orientale decoratelo con polvere di tè matcha», consiglia. Un classico della cucina a base di pesce è il fritto di calamari: così però nessuno l'avrà mai mangiato! «Il trucco sta nel montare la pastella, alla quale ho aggiunto della vodka, con un sifone: il fritto resterà croccante e leggero», svela Pascucci. Infine il dolce: un tiramisù. Che però va preparato all'ultimo momento, utilizzando caffè espresso. Successo assicurato.

Foto Andrea Di Lorenzo

IL MENU

Seppie e carciofi in convivio

Risotto burro e alici

Tempura di calamari

Tiramisù espresso

PASCUCCI AL PORTICCIOLO

VIALE TRAIANO, 85
FIUMICINO (ROMA)
TEL. 06 6502 9204
WWW.PASCUCCIALPORTICCIOLO.IT

1

PULITE IN ACQUA E LIMONE
Pulite i carciofi e teneteli in acqua e limone oppure in acqua e prezzemolo per non farli ossidare.

2

TAGLIATELE A STRISCE
Asciugate bene le seppie e tagliatele a strisce larghe circa mezzo centimetro.

3

L'IMPASTO INFARINATO
Mischiate i carciofi e le seppie con la farina e l'acqua fino a ottenere un impasto omogeneo.

I VINI DA ABBINARE

Cantina Cenatiempo, Kalimera, 29 €
Claude Bartol, Cuvée Jeanne, 44 €
Cherchi, Tuvaoes, 14 €

ANTIPASTO

SEPPIE E CARCIOFI IN CONVIVIO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
400 g di seppie * 2 carciofi * un cucchiaio di semola * 3 cucchiai di farina 00 * 4 cucchiai di acqua * 100 g di succo di limone * 150 g di panna * 5 g di mentuccia * polvere di tandoori * un mazzetto di salicornia * olio extravergine di oliva

Iniziate preparando la panna acida. Scaldate il succo di limone, aggiungete la panna, un pizzico di zucchero e uno di sale e la mentuccia, quindi emulsionate con una frusta. Mondate i carciofi e affettateli finemente, quindi conservateli in una ciotola con acqua e limone o acqua e prezzemolo. Pulite e tagliate le seppie a strisce di circa mezzo centimetro di larghezza.
In un'altra ciotola mischiate carciofi e seppie aggiungendo poco alla volta le due farine e l'acqua fino ad avere un composto omogeneo.
Aggiustate di sale. In una padella antiaderente scaldate un filo di olio extravergine di oliva, versatevi il composto e appiattite bene come se si trattasse di una frittata, avendo cura di ottenere una superficie croccante e dorata su entrambi i lati. Sformate il tortino su un piatto da portata e completate con qualche pezzetto di salicornia e la polvere di tandoori.
Accompagnate con panna acida e servite a centro tavola.

1

COTTURA... KOMBU
Cuocete il riso con il brodo di alga kombu ma non più di 10-11 minuti: il riso deve restare al dente.

2

ECCO LA COLATURA
Per regolare di sale il risotto usate la colatura di alici: ne basterà un solo cucchiaino.

3

E ALLA FINE IL TÈ
Completate il vostro piatto con della polvere di tè matcha, che spargerete con un colino a maglie fini.

PRIMO

RISOTTO BURRO E ALICI

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
200 g di riso Carnaroli * polvere di tè matcha * colatura di alici * uova di salmone * 30 g di alga kombu * 2 litri di acqua * 200 g di burro * 5 alici in olio extravergine di oliva * origano secco * 20 g di elicriso * 50 g di olio di vinaccioli

Preparate l'olio all'elicriso. Scaldate l'olio di vinaccioli a 85 gradi e frullatelo con l'elicriso per circa 10 minuti; filtrate e tenete da parte. Amalgamate le alici con il burro fino a ottenere una crema omogenea. Per il brodo di cottura del riso mettete in infusione l'alga kombu in due litri di acqua tiepida, filtrate e tenete al caldo. In una pentola tostate a secco il riso, quindi aggiungete il brodo all'alga e portate a cottura, circa 10-11 minuti. A due minuti dalla cottura aggiungete un cucchiaino di colatura di alici. Spegnete e mantecate il riso con il burro alle alici e, nel caso, aggiungete qualche cucchiaio di brodo per avere la giusta cremosità. Dividete le porzioni di riso sui piatti piani e battete il fondo per stenderle uniformemente. Completate con un filo di olio all'elicriso, coprite con la polvere di tè matcha (aiutatevi con un colino a maglia fine) e decorate con qualche uova di salmone.

I VINI DA ABBINARE

Forlini Cappellini, Cinque Terre Doc, 32 €
Castellari Isola del Giglio, Calzo della Vigna Ansonica, 36 €
Buvoli, Metodo Classico Rosé "Tre", 39 €

LE CIPOLLE IN AGRODOLCE
Fate appassire la cipolla rossa di Tropea nel burro e completate la cottura con miele e succo d'arancia.

SCHIUMA DI PASTELLA
Gonfiate la vostra pastella con l'aiuto di un sifone o un frullino e immergete i calamari freschi.

FRITTURA DORATA
Adagiate lentamente i calamari nell'olio bollente e scolateli quando saranno dorati e croccanti.

TEMPURA DI CALAMARI

INGREDIENTI PER 4 PERSONE 200 g di calamari puliti * 300 g di farina 00 * 50 g di semola di grano duro * 50 g di vodka * olio di semi di girasole * 5 cipolle di Tropea * 40 g di burro * 2 foglie di alloro * 10 grani di pepe nero * un cucchiaio di miele di castagne * 30 g di zucchero di canna * 100 g di succo di arance rosse

Con l'aiuto di un mixer a immersione amalgamate 200 g di farina con la vodka, mezzo litro di acqua e 10 grammi di sale; versate il composto in un sifone, caricatelo e tenete in fresco. Tagliate *à la julienne* le cipolle e fatele appassire in padella con il burro; aggiungete alloro, zucchero, miele, un pizzico di sale e fate amalgamare qualche minuto, quindi bagnate con il succo di arancia; prima di utilizzarle aggiungete qualche goccia di limone. Tagliate i calamari a strisce lunghe e infarinateli con la farina 00 rimanente e quella di semola; togliete la farina in eccesso e ricopriteli con la pastella ottenuta dal sifone (se non avete un sifone potete montare il composto con un frullino). Friggete immediatamente in olio di semi di girasole. Quando saranno dorati, scolate i calamari e fateli asciugare su carta assorbente. Metteteli su un piatto da portata guarnendoli con la composta di cipolla. Serviteli ben caldi.

I VINI DA ABBINARE

Marcella Giuliani, Passerina del Frusinate 8€. ***Castello Bonomi, CruPerdu***, 32 € ***Gaetano di Carlo, "Lù" Catarratto***, 17 €

I VINI DA ABBINARE

Franz Haas, Moscato rosa, 30 €
Marco De Bartoli, Vigna la Miccia, 29 €
Donna Fugata, Ben Ryé, 30 €

1

TUORLI CREMOSI
Montate i tuorli d'uovo con lo zucchero, fino a ottenere una crema che dovrà essere spumosa e soffice.

2

ARRIVA IL MASCARPONE
Incorporate delicatamente alla crema di mascarpone l'albume d'uovo montato a neve ben ferma.

3

UN BISCOTTO SULL'ALTRO
Componete il vostro dolce alternando alla crema i savoiardi inzuppati nel caffè espresso.

DOLCE

TIRAMISÙ ESPRESSO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
6 uova freschissime * 250 g di zucchero semolato * 500 g di mascarpone * savoiardi a piacere * caffè espresso * cacao in polvere

Dividete i tuorli dagli albumi (le uova devono essere a temperatura ambiente).
Con un frullatore montate i tuorli d'uovo con 150 grammi di zucchero fino ad avere una massa spumosa e soffice: il colore deve essere chiaro e la crema ottenuta deve risultare densa. Incorporate delicatamente il mascarpone mantenendo il frullatore a velocità bassa, oppure utilizzando una forchetta. In un'altra ciotola montate gli albumi con lo zucchero restante, prima a bassa velocità poi aumentandola fino a raggiungere quella massima. Quando è giunto il momento di servire il dessert, preparate il caffè espresso (due tazzine per porzione). Bagnate i savoiardi, adagiateli nelle singole ciotoline da portata e quindi copriteli con la crema al mascarpone. Completate il piatto con polvere di cacao che spargerete con un colino da tè a maglie molto sottili.

GIUSEPPE D'ERRICO

Sapori regionali in salsa estera

Giuseppe D'Errico è l'executive chef de La Madernassa Ristorante & Resort, due stelle Michelin a Guarene, nel cuore delle Langhe. Ha studiato all'Accademia Internazionale della Cucina italiana di Gualtiero Marchesi e si è affinato ai fornelli di uno dei ristoranti più famosi al mondo, la prestigiosa Maison Troisgros a Roanne, nei pressi di Lione, tre stelle Michelin dal 1968. Il menu che propone a *Gente* vuole essere un omaggio alla tradizione piemontese e della sua terra di origine, la Campania, visto però con gli occhi di uno chef che ha avuto modo di assorbire le tendenze della grande cucina internazionale. Piatti all'insegna della globalizzazione all'italiana, assolutamente da provare. Così iniziamo con asparagi bianchi dal gusto delicato, accoppiati con il *tonnè*, la salsa a base di tonno tipica della tradizione gastronomica piemontese. D'Errico ne propone una versione semplificata con maionese che però prepariamo al momento: «per essere certi che non impazzisca, prima di sbattere i tuorli mettete subito la senape», svela lo chef. Tutto all'insegna della cucina moderna è invece il primo piatto: «prendete gamberoni surgelati a bordo, sono i migliori», avverte. Mentre torniamo alla tradizione con il secondo, che fonde Piemonte e Campania, carne di Fassona e scarola: «per la carne non usate una padella rovente perché finirete soltanto con il renderla più coriacea», dice ancora. Gran finale con un dolce inaspettato a base di rabarbaro rosso: «più vivo sarà il colore, più il gusto tenderà al dolce», conclude). Si tratta di un nido croccante con un cuore di gelato.

Foto Andrea Pavesi

IL MENU

Asparago tonnato

Spaghetti Red Passion

Tagliata di vitello al limone

Rabarbaro glaciale

LA MADERNASSA

REGIONE LORA, 2
GUARENE (CUNEO)
TEL. 0173 611716
WWW.LAMADERNASSA.IT

I VINI DA ABBINARE

Pojer e Sandri, Nosiola, 12 €
Parusso, Langhe Sauvignon Rovella, 30 €
Marcalberto, Metodo Classico, Millesimo 2018, 29 €

1

ATTENTI ALLA PUNTA
Con l'aiuto di un pelapatate iniziate eliminando la parte esterna dell'asparago, senza rovinare la punta. Quindi cuocetelo.

2

UN MIX PERFETTO
Unite la maionese fatta al momento alla mousse di tonno, capperi e acciughe frullando il tutto con un mixer a immersione.

3

IL BAGNO DI SALSA
Dopo aver sistemato l'asparago su una graticola, cospargetelo con la salsa tonnata e posatelo delicatamente sul piatto.

ANTIPASTO

ASPARAGO TONNATO

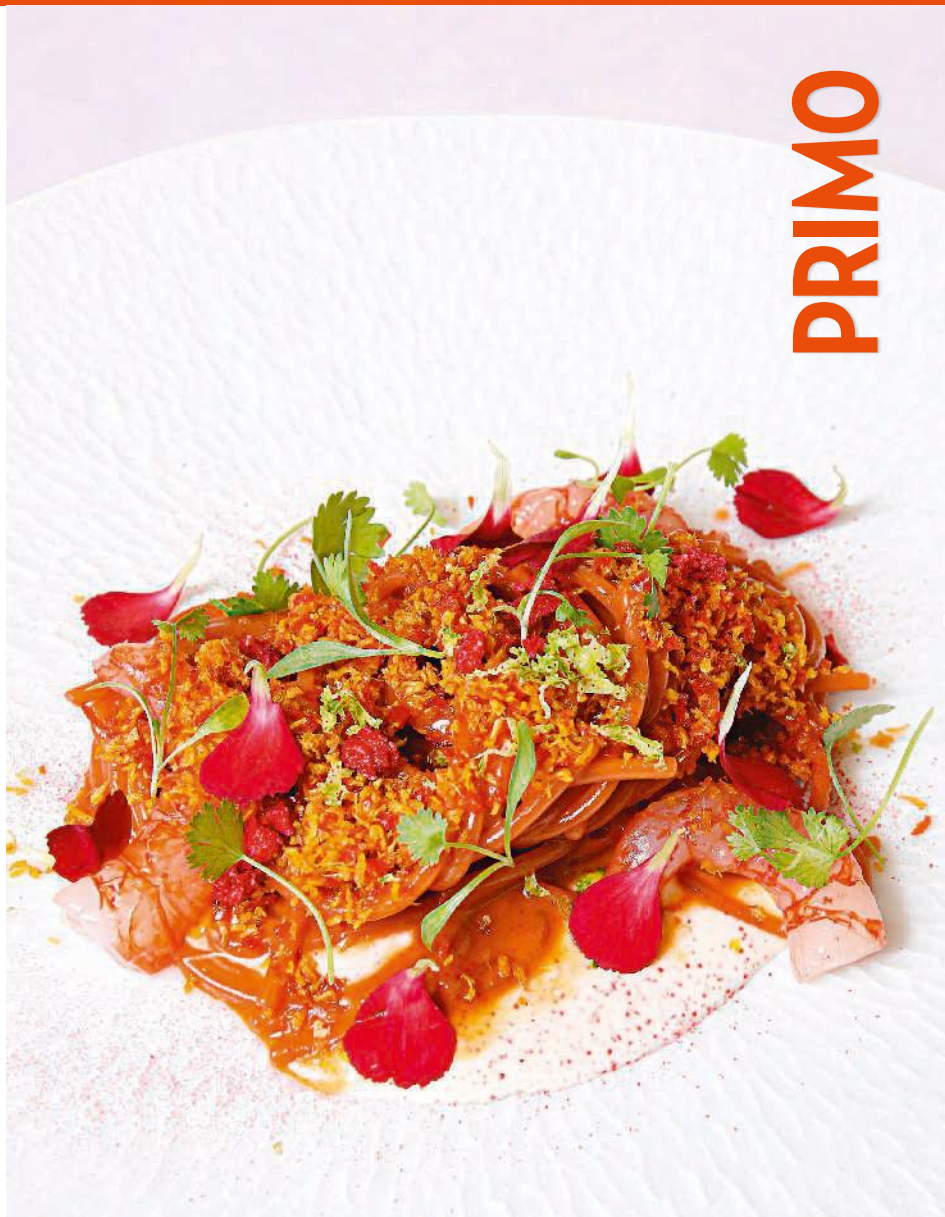
INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 asparagi bianchi * 125 g di tonno sott'olio * 12 acciughe sott'olio * 50 g di capperi in aceto * due limoni * un'arancia * 10 g di zucchero * due tuorli d'uovo * 150 g di olio di semi di girasole * un cucchiaino di senape forte * un cucchiaino di aceto di vino bianco * salsa di soia

Cuocete gli asparagi in acqua salata per circa 10-12 minuti. Riducete la salsa di soia in un pentolino e mettete da parte. Preparate la crema di limone sbollentando le scorze di un limone e di un'arancia per tre volte, quindi fate sobbollire per 30 minuti, mettete nel robot da cucina con il succo di un limone e dell'arancia, lo zucchero e miscelate. Preparate la maionese. In una ciotola mettete i tuorli d'uovo con la senape, il sale e il cucchiaino d'aceto; con un mixer a immersione frullate aggiungendo l'olio a filo fino a quando si sarà formata una salsa densa. Per la salsa tonnata: nella ciotola di un robot da cucina mettete il tonno e le acciughe scolati e i capperi, quindi frullate. Aggiungete il succo di un limone, circa 180 grammi di maionese e regolate di sale e pepe. Posizionate l'asparago su una graticola e glassatelo con la salsa tonnata decorandolo con la soia e la crema di limone. Impiattate aggiungendo altra salsa.

SPAGHETTI RED PASSION

INGREDIENTI PER 4 PERSONE 200 g di spaghetti * 200 g di polpa di lampone * 3 g di agar-agar * 100 g di stracciatella * olio di oliva al peperoncino * una radice di zenzero * coriandolo * 8 gamberi interi * sedano, carota, cipolla * concentrato di pomodoro * vino bianco * burro

Pulite i gamberi eliminando le teste, il carapace e l'intestino interno. In una pentola con dell'olio extravergine di oliva mettete i carapaci e le teste che pesterete, quindi fate saltare con un trito di sedano, carote e cipolle. Aggiungete del vino bianco e sfumate il concentrato di pomodoro. Mettete poi del ghiaccio fino a coprire tutto e cuocete a fiamma bassa per un paio di ore; filtrate il consommé e fate ridurre. Portate a bollore la polpa di lamponi, aggiungete l'agar agar e fate intiepidire. Cuocete in acqua bollente gli spaghetti per 4 minuti e completate la cottura in una padella con il consommé, aggiungendo qualche pezzo di burro per legare il tutto. Componete il vostro piatto adagiando gli spaghetti sui quali poserete i gamberi crudi, la stracciatella e alcune gocce di gel di lamponi. Decorate con lo zenzero fresco grattugiato, alcune foglie di coriandolo e olio al peperoncino.

PRIMO

1

NULLA DA BUTTARE
Eliminate dai gamberi la testa e il carapace, che poi riutilizzerete per la bisque, quindi togliete l'intestino interno.

2

IL SEGRETO È IL GHIACCIO
Tostate i gusci dei gamberi schiacciando le teste con un cucchiaio e aggiungete del ghiaccio: servirà per estrarre tutto il sapore dei crostacei.

3

COTTI COME UN RISOTTO
Completate la cottura degli spaghetti in padella, come fosse un risotto: assorbiranno tutto il sapore dei gamberi.

I VINI DA ABBINARE

Malvirà, Roero Arneis Renesio, 14 €
Marziano Abbona, Cinerino, 19 €
Marisa Cuomo, Furore, 21 €

SECONDO

TAGLIATA DI VITELLO AL LIMONE

INGREDIENTI PER 4 PERSONE 500 g di entrecôte di Fassona * una scarola liscia * 4 filetti di acciuga * uno spicchio d'aglio * 10 g di pinoli tostati * 10 g di uvetta * 40 g di buccia di limone * 20 g di buccia d'arancia * 50 g di succo di limone * 25 g di succo d'arancia * 10 g di zucchero

Per la realizzazione della pasta di limone e arancia, sbollentate le scorze tre volte e poi lasciatele sobbollire per 30 minuti; mettetele nel robot da cucina con il succo di agrumi e lo zucchero e miscelate. Sbollentate otto foglie esterne della scarola, scelte tra le più grandi, e stendetele su un canovaccio. Rosolate l'aglio con i filetti di acciuga nell'olio extravergine di oliva e aggiungete la scarola; togliete lo spicchio d'aglio e lasciate consumare l'acqua aggiungendo pinoli e uvetta alla fine. Preparate gli involtini: mettete le foglie sbollentate su un foglio di pellicola trasparente, riempite con la scarola insaporita e chiudete a caramella. Condite l'entrecôte con sale e pepe e cuocetela tre minuti per lato, quindi lasciatela riposare per quattro minuti protetta con un foglio di carta alluminio. Tagliate la carne e servitela appoggiandola sulla pasta di limone e arancia con accanto l'involtino di scarola. Completate con un cucchiaio di sugo d'arrosto.

I VINI DA ABBINARE

Monchiero Carbone, Roero Srü, 23 €
Les Crêtes, Torrette superiore, 8 €
Tenuta luce, Lucente, 25 €

LA PASTA DI AGRUMI
Sbollentate per tre volte in acqua le bucce di limone e arancia al fine di eliminare il gusto amaro degli agrumi.

TRE MINUTI PER LATO
Cuocete la vostra entrecôte tre minuti per lato, quindi lasciatela riposare per circa quattro minuti.

CUORE DI SCAROLA
Mettete le foglie di scarola sbollentata sulla pellicola trasparente, sistemate il ripieno e poi chiudete.

1

IN INFUSIONE
Mettete il rabarbaro pulito e privato delle parti filamentose in infusione con lo sciroppo di acqua e zucchero.

2

FATELE MOLTO SOTTILI
Tagliate i fogli di pasta fillo a listarelle sottilissime e formate dei nidi che cospargerete di zucchero a velo e cuocerete in forno.

3

BASE SCIROPPATA
Componete il piatto stendendo alla base lo sciroppo addensato e sistemando la frutta e il gelato.

I VINI DA ABBINARE

Ermes Pavese, Ninive, 29 €
Francesco Intorcia, Zibibbo, 13 €
Forteto della Luja, Brachetto Passito, 25 €

RABARBARO GLACIALE

INGREDIENTI PER 4 PERSONE 4 coste di rabarbaro * 500 g di acqua * 250 g di zucchero * un baccello di vaniglia * 200 g di fragole delle stesse dimensioni * menta fresca * 150 g di gelato fior di latte * scorza di limone * 2 fogli di pasta fillo * zucchero a velo (quanto basta)

Lavate e pulite il rabarbaro togliendo le parti più filamentose. Portate l'acqua a ebollizione e aggiungete lo zucchero e la vaniglia. Lasciate intiepidire. Tagliate le coste di rabarbaro a bocconcini regolari e mettete i pezzi in una vaschetta; versate sopra lo sciroppo e lasciate in infusione per due ore. Togliete il rabarbaro, scaldate leggermente lo sciroppo e aggiungete un cucchiaino di agar agar, sufficiente a farlo addensare leggermente. Lavate le fragole e tagliatele in quattro parti, mettetele su un piatto condendole con zucchero a velo e scorze di limone. Tagliate a listarelle sottili i fogli di pasta fillo, divideteli in quattro porzioni e formate altrettanti nidi; spolverizzateli con lo zucchero a velo e fate cuocere 7 minuti in forno a 170°. Impiattate mettendo alla base lo sciroppo, quindi posizionate ai bordi il rabarbaro e le fragole; sistemate al centro una cucchiaiata di gelato e sopra, a completare, il nido di pasta fillo.

DOLCE

BUONA
per natura

Allevati al pascolo: Grass Fed

I CONSIGLI DEGLI CHEF

Carciofi mai neri

Per evitare che, una volta puliti, i carciofi diventino neri si può usare del limone che però altera il sapore. I gambi di prezzemolo, invece, lo lasciano inalterato.

Maionese perfetta

Alla maionese fatta in casa spesso si rinuncia per timore che "impazzisca". Aggiungendo da subito la senape ai tuorli il pericolo è sventato.

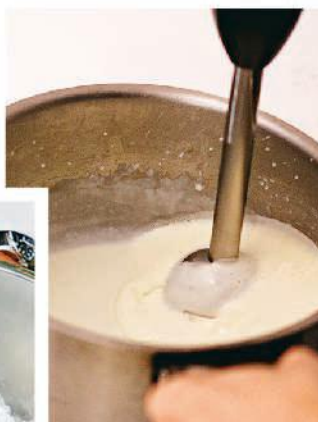
Pesce morbido

Cuocete il trancio dal lato della pelle: sarà pronto quando diventerà bianco anche in superficie. E sarà ovviamente ben morbido.

Ripieno liquido

Se per la pasta ripiena volete una farcia liquida, aggiungeteci della colla di pesce: solidificherà ma con il calore della cottura tornerà morbida.

Creme lisce

Preparando una crema di accompagnamento come una fonduta, per averla senza grumi frullatela pochi minuti con un minipimer.

Ghiacciate e verdissime

Perché le verdure restino sempre con colori vivi, dopo la cottura raffreddatele subito in una ciotola piena di ghiaccio.

L'aglio più delicato

Il gusto dell'aglio è troppo forte? Sbollentatelo due o tre volte prima di aggiungerlo al vostro condimento.

STRUMENTI DA CHEF COME SOSTITUIRLI

Sifone

Se vi manca un sifone (nella foto) potete sostituirlo con un frullatore. Attenzione però perché servirà più tempo e la crema ottenuta potrà smontarsi più facilmente.

Forno a vapore

Potete in alternativa usare un cestino cinese (foto), oppure un colino in una pentola con dell'acqua. Poggiate ciò che dovete cuocere all'interno su un foglio di carta forno.

Mortaio

Se non avete il mortaio (foto), prendete della carta d'alluminio e ripiegatela per dare spessore; mettete al centro ciò che dovrete pestare e per farlo usate il mattarello.

Pentola antiaderente

Poggiate un foglio di carta forno nella padella: il cibo non attaccherà e non dovrete utilizzare olio o burro. Non coprite la padella per evitare che l'eventuale fumo rovini il piatto.

Sac à poche

Se non avete la sac à poche (foto) usate una busta per congelare alla cui estremità metterete il collo di una bottiglia di plastica: il tappo bucato farà da beccuccio.

Coppapasta

Al posto dei coppapasta (foto) create un cilindro del diametro desiderato con della carta spessa o un cartoncino, fermatelo con una pinzatrice e rivestitelo con fogli di pellicola trasparente o di alluminio.

Stile di vita sano

INFORMAZIONE PUBBLICITARIA

LIVELLI STABILI DI GLUCOSIO NEL SANGUE AIUTANO LA TUA FORMA FISICA

Il collegamento fra il consumo di zuccheri e l'incremento di grassi nel nostro corpo, è un fattore conosciuto da lungo tempo. Troppi zuccheri nella dieta favoriscono l'aumento dell'insulina, l'ormone che immagazzina i grassi e che causa quindi l'aumento di peso.

Zuccarin è a base di estratto naturale di foglie di gelso bianco, che contribuisce al naturale metabolismo di zuccheri e carboidrati. Quando tali zuccheri vengono limitati, i livelli di glicemia si stabilizzano aiutando a controllare il peso.

"Lessi un articolo riguardo a Zuccarin su una rivista e poiché mi capitava spesso di avere picchi di glicemia, cominciai subito ad assumere l'integratore. Ormai lo utilizzo da tempo e non posso immaginare di rimanerne senza. Ho visto che i miei livelli di glicemia si sono stabilizzati, e nel frattempo, ho perso i miei chili di troppo. Ho raccomandato Zuccarin a molti dei miei amici, e stanno avendo anche loro gli stessi risultati. Adoro questo prodotto."

Zuccarin di New Nordic è l'integratore a base di foglie di gelso bianco, più venduto al mondo. Si assume semplicemente una compressa prima di ogni pasto. Inizia a fare qualcosa di buono per i tuoi zuccheri nel sangue e presto sentirai la differenza.

Zuccarin è in **vendita in tutte le farmacie** o visita il sito www.newnordic.it

ZUCCARIN 60 compresse, codice 938423670
ZUCCARIN 120 compresse, codice 938423694
ZUCCARIN 180 compresse, codice 933423016

Per maggiori informazioni:
02.89070845 info@newnordic.it

Direttrice responsabile
ROSSELLA RASULO

UFFICIO CENTRALE
Luca Angelucci (caporedattore)
Danilo Ascani (caposervizio)
Alessandra Gavazzi (caposervizio)
Francesco Vicario (caposervizio)

PIERA DETASSIS
Hearst Editor at large Cinema ed Entertainment

REDAZIONE
Sabrina Bonalumi (caposervizio – coordinatrice Spettacolo), Maria Elena Barnabi (caposervizio – Instagram), Francesco Gironi (caposervizio), Roberta Spadotto (caposervizio), Sara Recordati, Patrizia Vassallo

UFFICIO GRAFICO
Marcella Mihalich (art director), Silvia Bennati, Federica Berto, Roberto Lorenzini (caposervizio), Valentina Mariani
Consulenza grafica STUDIO IL 24

RICERCA ICONOGRAFICA
Nicoletta Caffi (responsabile), Lucia Ciammaichella, Dario Vazzoler

SEGRETERIA
Tiziana Maccarini

HEARST MAGAZINES ITALIA SPA
DEBI CHIRICHELLA (Presidente), GIACOMO MOLETTO (Amministratore Delegato e Direttore Generale), Thomas Allen Ghareeb (Consigliere), Marcello Sorrentino (Consigliere), Jonathan Wright (Consigliere)

PUBLISHING
Massimo Russo (Chief Content Officer - *massimo.russo@hearst.it*), Danilo Panella (Strategy Marketing Director), Michela Alpi (Strategy Consultant Cinema & Entertainment Specialist), Cristina Moroni (Senior Product Manager)

HEARST MAGAZINES
Debi Chirichella President, Hearst Magazines

HEARST MAGAZINES INTERNATIONAL
Jonathan Wright, President of Hearst Magazines International
Kim St. Clair Bodden, SVP/Global Editorial & Brand Director
Eléonore Marchand, Global Editorial Director, Luxury Brands

HEARST SOLUTIONS
Robert Schoenmaker (Chief Revenue Officer - *rschoenmaker@hearst.it*)

Alberto Vecchione (Sales Director Hearst Solutions - *avecchione@hearst.it*)
Simone Silvestri (Sales Director Business Unit Fashion - *ssilvestri@hearst.it*)
Daniel Davide (Client Partnerships Sales Director - *daniel.davide@hearst.it*)
Alessandro Caracciolo (Head Of Digital Sales - *acaracciolo@hearst.it*)
Michele Di Bitonto (Sales Director Hearst Live - *mdibitonto@hearst.it*)
Alessandra Viganò (Hearst Global Solutions Global Sales Director - Foreign Clients - *avigano@hearst.it*)

HEARST GLOBAL DESIGN
Roberta Battocchio (Managing Director - *rbattocchio@hearst.it)*
Enrico Vecchi (Global Commercial Director - *evecchi@hearst.it)*

HEARST MAGAZINES ITALIA SPA
Gente, Gente Enigmistica; Enigmistica Mese Gente; Gente Puzzle, Gente Speciali, *@gentesettimanale*, Cosmopolitan, *cosmopolitan.com/it*, Elle, Elle Gourmet, Elle Kids, Elle Sfilate, Elle Spose, Elle Spose Collezioni, Very Elle Beauty & Fit, Very Elle Shopping Accessori, *elle.com/it*, Elle Decor Italia, *elledecor.com/it*, Esquire, *esquire.com/it*, *harpersbazaar.com/it*, Marie Claire, Marie Claire 2 Bellezza, Marie Claire Enfants, Marie Claire Maison, *marieclaire.com/it*, Men's Health, *menshealth.it*, Runner's World, *runnersworld.it*

DIREZIONE, REDAZIONE, AMMINISTRAZIONE
© 2012 Hearst Magazines Italia SpA
via Roberto Bracco, 6 - 20159 Milano, Tel. 02-66191 fax 02-66192708 e-mail: gente@hearst.it

Registrazione al Tribunale di Milano n. 4400 del 4-9-1957

ALLEGATO REDAZIONALE A "GENTE" N. 30/2022
NON VENDIBILE SEPARATAMENTE

DIREZIONE, REDAZIONE, AMMINISTRAZIONE
© 2012 Hearst Magazines Italia SpA - via Roberto Bracco, 6 - 20159 Milano

DISTRIBUZIONE: Distributore per l'Italia e per l'Estero Press-di Distribuzione Stampa e Multimedia S.r.l. – 20054 Segrate (MI)

Stampa: Arti Grafiche Boccia - via Tiberio Claudio Felice 7 - 84131 - Salerno
Printed in Italy

Federazione Italiana
Editori Giornali

"TAFFIĂRE"

[*v. tr. – All'ombra delle due torri qualifica l'atto degli abitanti nel soddisfare il proprio ardore gastronomico con un luculliano piatto di mortadella.*]

GODERSI LA VITA, DAL 1661.

mortadellabologna.com | Facebook - Instagram @MortadellaBologna

Finanziato con il contributo Mipaaf D.M. 0678907 del 27.12.2021

Credits: FGMC srl - fgmc.it